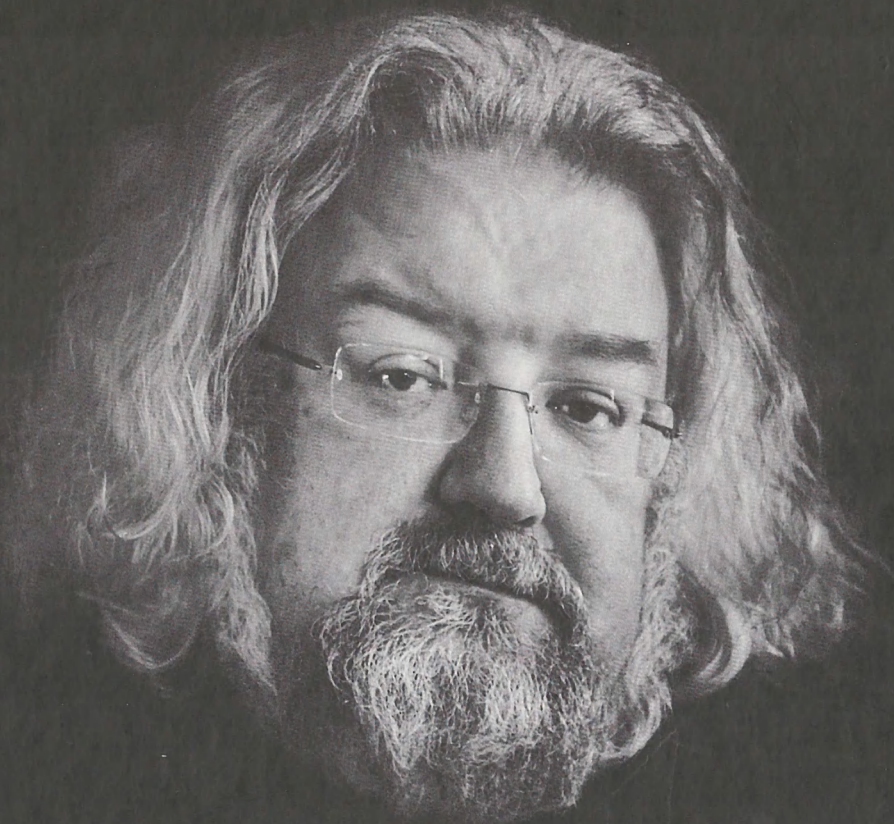


Андрей МАКСИМОВ

ДЕТИ КАК ЗЕРКАЛО



*Как подружиться с собственным
ребенком, меняясь самому*



Андрей МАКСИМОВ

ДЕТИ КАК ЗЕРКАЛО

*Как подружиться
с собственным ребенком,
меняясь самому*



Санкт-Петербург • Москва • Екатеринбург • Воронеж
Нижний Новгород • Ростов-на-Дону
Самара • Минск

2017

Андрей Максимов

Дети как зеркало. Как подружиться с собственным ребенком, меняясь самому

Фотоиллюстрации Дмитрия Брикмана

Заведующая редакцией
Ведущий редактор
Литературный редактор
Корректоры
Верстка

*М. Трофимова
Е. Власова
Е. Васильева
О. Андросик, Н. Баталова
Л. Егорова*

ББК 74.9 УДК 37.013

Максимов А.

M17 Дети как зеркало. Как подружиться с собственным ребенком, меняясь самому. — СПб.: Питер, 2017. — 288 с.: ил.

ISBN 978-5-496-02449-5

Популярный телеведущий, член Академии российского телевидения, писатель Андрей Максимов уже давно и хорошо известен как автор книг по психофилософии и воспитанию.

Книга «Дети как зеркало. Как подружиться с собственным ребенком, меняясь самому» продолжает разговор, начатый в предыдущих изданиях. В ней Вы найдете весьма своеобразные рассуждения о том, как выстроить отношения с собственным ребенком, и, что особенно важно, практические советы — как это сделать.

Эта книга принципиально отличается не только от предыдущих книг Максимова, но и от всех изданий, посвященных воспитанию.

Мы много говорим о том, как воспитывать детей. А как должны воспитываться родители? Что они должны переделывать в самих себе, понимая, что дети зеркалят их? Как влияют родители на детей даже тогда, когда не думают об этом? Как воспитывать себя взрослому, чтобы его влияние на ребенка было позитивным?

Вы понимаете, что рождение ребенка — главное событие Вашей жизни?

Тогда новая книга Максимова для Вас. Она станет Вашим другом и советчиком. Она Вам поможет.

16+ (В соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ.)

ISBN 978-5-496-02449-5

© ООО Издательство «Питер», 2017
© Д. Б. Брикман, фотографии, 2017

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ООО «Питер Пресс», 192102, Санкт-Петербург, ул. Андреевская (д. Волкова), 3, литер А, пом. 7Н.

Налоговая льгота — общероссийский классификатор продукции ОК 034-2014, 58.11.19 —

Книги, брошюры, листовки печатные прочие и подобные печатные материалы.

Подписано в печать 25.10.16. Формат 60×90/16. Бумага офсетная. Усл. п. л. 18,000.

Доп. тираж 4000. Заказ Р-1275.

Отпечатано в полном соответствии с качеством предоставленного электронного оригинал-макета в типографии филиала АО «ТАТМЕДИА» «ПИК «Идел-Пресс».

420066, Казань, ул. Декабристов, 2. E-mail: idelpress@mail.ru

СОДЕРЖАНИЕ

Пролог, без которого дальнейший разговор теряет смысл	9
Часть первая. Зеркало с рентгеном.....	15
Глава 1. Опыт чего мы передаем детям?	17
Эта тяжелая пора — детство	20
Дети рожают взрослых.....	23
Ребенок — напоминание о подлинном.....	27
Глава 2. Психологический настрой: на что?	31
Психологический настрой: примеры	36
Психологический настрой: здравствуй, ребенок!.....	38
Психологический настрой на общение	40
Глава 3. Зачем Вам ребенок?	43
Ребенок — это зритель?	46
Говорить ли с детьми про взрослое?	49
Ребенок — зеркало с рентгеном	51
Глава 4. Мы живем в смысловом вакууме.....	55
Внимательность должна быть осознанной.....	57
Навыки без философии.....	61
Для своего ребенка я могу сделать самого себя	65
Глава 5. Мы отвечаем за себя сами	67
Не «за что?», а «зачем?».....	70
Не беда, а задача	73
Что такое наши привычки?	76
Воспитание — прививка правильных привычек.....	78

Глава 6. Образование — дело родительское	81
Навыки XXI века	83
Как учить тому, чему не учат в школе	85
Три задачи родителей в отношении школы	89
Игра — это полезно	92
Глава 7. Бес работы	97
Жизнь как гонка	100
Работа: любит — не любит	103
Призвать призвание	106
Будь оптимистом!	109
Глава 8. Своеобразие — это норма	111
Все дети — гении?	114
Дети даны, чтобы взрослые не позабыли в себе Бога	117
Здравствуй, толпа! До свиданья, толпа!	120
Свобода — это выбор	122
Часть вторая. Любовь — всегда любовь	125
Глава 9. Строить, не анализируя	127
Ребенок как аналитик	129
Вы кто?	131
Создаешь себя — создаешь ребенка	134
Влиять — отражаться в зеркале ребенка	137
Любовь просто так не дается	138
Глава 10. Надо ли себя любить?	141
Эгоист — это тот, кто себя не любит	143
Любить себя — любить других	145
Любить себя — строить свою реальность	146
Любить себя — быть свободным	149
Любить себя — строить позитивный пример для детей	150
Любить себя — уважать ребенка	152

Глава 11. Любовь меняет любящего	155
Жизнь начинается с любви	157
Маменькины сынки — успешные люди	159
Любить — значит защищать	160
Любовь — всегда любовь	163
Не забывать «небесный принцип»	166
Глава 12. Любишь? Стань другим!	169
Страх или любовь?	172
Любишь? Сосредоточься на другом!	173
Любишь? Занимайся другим, а не собой!	177
Любишь? Рождайся заново!	179
Глава 13. Мы воспитываем родителей	183
Семья — школа совместности?	186
Семья — школа борьбы с одиночеством?	188
Что такое семья?	189
Сохранять ли семью ради ребенка?	192
Глава 14. Семья — школа любви	195
Любовь беззащитна	198
Если семья неполная	199
Мама влюбилась	202
Папа + мама = ?	203
Мальчики и девочки	204
Личное пространство души	206
Любовью надо пользоваться	210
Часть третья. Про что говорить не принято	211
Глава 15. Пример отношения к жизни	213
Желание — движитель по жизни	215
Долг и желания	216
Привычка жить плохо	218
Желание как критерий	221

Глава 16. Оправдание возвращения	223
Желание и прихоть.....	225
Есть желание? Есть первый шаг!.....	227
Желания и совесть.....	230
Услышать желание ребенка	232
Желания и воля	234
Желание и счастье	236
Глава 17. Счастье — это гармония	239
Счастье без удовольствия?.....	241
Реабилитация удовольствия	244
Скука — это отсутствие удовольствий..... ⁴	246
Десять принципов удовольствия	248
Воля — это сила желания строить счастливую жизнь	249
Удовольствие произрастает и в трагедии	251
Любите ли Вы себя?	252
Глава 18. Этот таинственный успех	255
Гламур и Вы	257
Успех — это результат.....	259
Успех — это процесс.....	260
Понять препятствия.....	263
Привычка к проблемам	266
Глава 19. Абсолютная вера в личный опыт патологична	269
Опыт — количество понятого	271
Плюсы и минусы опыта.....	273
Дети — другие люди	275
У взрослых учиться социальному.	
У детей — Божественному.....	277
Видеть другого.....	280
Эпилог.....	283
Эти книги помогли мне. Надеюсь, они помогут и Вам.....	285

Эта книга посвящается моему самому
близкому другу, самому мудрому со-
ветчику — младшему сыну Андрею.

Ты, наверное, сам не знаешь, что нена-
вязчиво и спокойно заставляешь меня
стать чуть лучше.

Очень хочу надеяться, что так и про-
исходит.

Отец

На самом деле, если перечислять всех людей, без которых не было бы этой книги, список имен стал бы огромным, начиная, конечно, с моих родителей и заканчивая детьми, друзьями и учителями.

Судьба была благожелательна к встречам. Низкий поклон всем, кто находился и находится рядом.

Всех, кого я помню сердцем и душой, понятно, не перечислить. Однако я считаю своим приятным долгом сказать все известные мне слова благодарности тем людям, кто работал над этой книгой.

Мои ближайшие друзья:

- ✧ замечательный редактор, журналист, мама двух очаровательных дочерей **Татьяна Волошина**, которая читает все мои книги в рукописи и делает подчас весьма жесткие, но всегда очень полезные замечания;
- ✧ выдающийся израильский фотохудожник, добрый и мудрый **Дмитрий Брикман**, чьи фотоработы украшают мои книги;
- ✧ команда моего любимого издательства «Питер»: **Вадим Усманов, Инна Еременко, Елена Власова, Марина Трофимова, Андрей Тетерин** и все-все-все знакомые и незнакомые «питерцы», вкладывающие в эту, как и в предыдущие мои книги, свое время, талант и душу.

С благодарностью и почтением ко всем вам,

Автор

ПРОЛОГ, БЕЗ КОТОРОГО ДАЛЬНЕЙШИЙ РАЗГОВОР ТЕРЯЕТ СМЫСЛ

Почему так строго? Прямо-таки, что ли, теряет смысл весь разговор?

Ну, как сказать... Дело в том, что я занимаюсь психофилософской педагогикой. И все свои выводы делаю, основываясь на ней. Имеет ли смысл читать книжку, если Вы не знаете основных принципов этой самой педагогики?

Мне кажется — нет.

А как кажется Вам — Вам и решать.

Итак,

Принципы психофилософской педагогики:

1. Главная задача психофилософской педагогики состоит не в том, чтобы помочь одним людям воспитывать других, но в том, чтобы способствовать общению родителей и детей как равных партнеров.
2. Психофилософская педагогика обращена к родителям, а не к воспитателям или учителям.
3. Ребенок — это радость.
4. Ребенок любого возраста — это человек, который отличается от взрослых не больше, чем один взрослый от другого.

.....

5. Ребенок — это не продолжение родителей, не их ответственность, а самостоятельная личность.
6. Ребенок любого возраста имеет право на уважение, то есть как минимум — на высказывание собственной позиции и на несогласие с чужой точкой зрения, даже если это точка зрения родителей.
7. Есть только две формы воспитания: разговор и собственный пример.
8. Ребенок — это человек, который входит в мир. Поэтому он проживает нелегкую жизнь, в которой вправе рассчитывать на родительскую помощь и защиту.
9. Ребенок ничем не обязан своим родителям. Любые обязательства он принимает — или не принимает — на себя добровольно.
10. Ребенок имеет право на личную жизнь и личные секреты.

Ну, вот. Теперь, как мне кажется, можно начать наш разговор.

О чем поговорим?

Когда рождаются дети, мы очень много думаем о том, какими они будут. Это правильные и естественные мысли.

Однако

неплохо бы поразмышлять над тем, как должны меняться мы сами, родители, в связи с рождением ребенка.

И что — про то, как воспитывать детей, вообще говорить не будем?

Как воспитывать — не будем. А как общаться, как защищать, как стараться повлиять — поговорим непременно. Куда ж без

этого? Иначе зачем бы Вам читать о принципах психофилософской педагогики?

Только вот что я Вам скажу:

если после рождения ребенка с Вами не произошли осознанные изменения, значит Вы не хотите быть настоящим родителем.

Вот так жестко?

Да. Зато по правде.

Сразу хочу сказать. Оправдания, мол, отнимут много времени, сил и пр. — мимо цели.

Хотите быть родителем? Относитесь к этому делу серьезно, то есть тратьте на него время, мысли и пр. и пр.

Не хотите тратить? Не можете отыскать? Значит, Вы — не родитель, а функция.

Снова так жестко?

Да. А как Вы хотели?

Нелепо же считать, что выращивание, скажем, помидоров или капусты на даче требует времени и сил, а ребенок сам по себе вырастет. Помидоры не польешь, не прополешь — погибнут, а ребенок же всяко растет.

Самое поразительное: даже когда родители уверены в том, будто ребенок растет сам по себе, они ошибаются.

Родители влияют на ребенка всегда. Просто фактом своего существования. Просто тем, что они живут рядом.

Понимаете, какая история?

Вы всегда влияете на свое чадо. Вы — это Ваше отношение к себе и к другим, к своей работе, к своей второй половине, к своему досугу, да, в общем, ко всему — всегда влияете на свое чадо.

Отношение родителя к жизни — это решающий фактор в воспитании ребенка. Более всего Вы воспитываете ребенка собой.

Будет ли Ваш пример положительным или отрицательным — другой вопрос. Но он всегда будет сильно действующим. Вот что важно.

Книга «Дети как зеркало», как и все мои предыдущие работы по воспитанию, обращена в первую очередь к родителям. К тем из них, кто считает, что общение с собственным ребенком — главное дело человека, и кто хочет, чтобы это общение было более качественным и осмысленным.

Я не устаю повторять: мы создали такую, с позволения сказать, систему образования, когда только родители отвечают за то, каким вырастет ребенок. Если школа помогает в этом — большая удача.

Но исходить надо из того, что

никто, кроме родителей, не отвечает за то, чтобы ребенок вырос образованным и счастливым.

В этой книге, как и во всех написанных ранее, я абсолютно не настаиваю на том, что мои выводы — единственно верные.

Моя задача — чтобы родители задумались над тем, как происходит их столь привычное общение с собственным чадом, чтобы они поняли:

если рождение ребенка не меняет их, нелепо что-либо требовать от маленького человека. В этой ситуации он будет расти как получится.

Знаменитый психолог, специализирующийся на воспитании детей, Шефали Тсабари ввела термин «осознанность родителей».

Понимаете, какая история?

Когда рождается ребенок, нам важно осознать себя как нового человека — родителя.

«Родительство — это огромное пространство для самоосмысления, — делает вывод Тсабари. — Ни в какой другой сфере жизни человек не встречается с самым разным собой так часто и так явно»¹.

Человек до рождения своего чада и после — это разные люди.

Я очень надеюсь, что моя книга поможет в осознании этого.

¹ Тсабари Ш. Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 183.



ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

**ЗЕРКАЛО
С РЕНТГЕНОМ**

Это самая большая часть нашей книги, потому что в ней мы поговорим о том, что именно зеркалят наши дети, почему родителям, если они серьезно относятся к воспитанию собственных чад, необходимо меняться, и вообще о том, как жить, если на тебя постоянно смотрят изучающие и любопытные глаза твоего самого дорогого человека на земле.



ГЛАВА 1

ОПЫТ ЧЕГО МЫ ПЕРЕДАЕМ ДЕТЯМ?

Тома педагогической литературы посвящены тому, что надо делать с детьми, дабы они выросли приличными и счастливыми людьми!

Боже Мой, как любим мы воспитывать детей — и собственных, и чужих!

Взрослый, воспитывающий ребенка, живет в безусловном ощущении, что ему известно, как надо жить. И пусть его взрослая жизнь не удалась — неважно: он отыграется на потомке. Объяснит. Расскажет. Не получится рассказать? Вобьет. Не получится вбить? Вобьет сильно.

Ничто так не возвышает взрослых в их собственных глазах, как бесконечное воспитание подрастающего поколения.

Нередко на своих лекциях, посвященных вопросам воспитания, я обращаюсь к аудитории с просьбой:

— Поднимите, пожалуйста, руки те из вас, кто убежден, что детям надо передавать свой опыт и кто изо всех сил старается это делать.

Всегда руки поднимают все.

Следующая моя просьба:

— А теперь поднимите руки те из вас, кто счастлив.

Иногда — ни одной руки. Максимум — поднимаются три-четыре.

И тогда я спрашиваю:

— А собственно говоря, опыт чего вы передаете? Несчастливой жизни? Вы так убеждены, что именно он нужен вашим детям?

Да, взрослые очень любят воспитывать. Но при этом забывают, что более всего воспитывает их собственный пример.

Не пора ли поговорить о том, что делать с самими собой нам, родителям, дабы у наших детей было меньше проблем и чтобы мы не мешали им расти приличными и счастливыми людьми?

Рождение ребенка — важное событие в жизни семьи?

Вопрос риторический — ответ очевиден.

Значит, рождение ребенка — это событие, которое меняет жизнь семьи?

И снова вопрос с очевидным ответом: да! да! да!

Отлично.

А теперь давайте подумаем: что мы, родители, имеем в виду, размышляя над тем, как изменилась наша жизнь после рождения ребенка?

Увы, большинство из нас отвечают на этот вопрос так, словно ребенок — это такая... если и не беда, то неприятность.

Мы сетуем на то, что стали меньше спать, больше уставать. На то, что у нас теперь вовсе нет свободного времени.

Некоторые говорят о том, что жизнь стала более осмысленной. И хвала тем, кто размышляет так.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте подумать над тем, как изменилась Ваша жизнь после рождения ребенка. Только постарайтесь размышлять над этим не с точки зрения внешних обстоятельств, а с точки зрения Вашей внутренней сущности.

Начните с простых вопросов: Вы стали более спокойными или более нервными? Вам стало жить более интересно или

менее? Ваша жизнь стала более осмысленной или осталась прежней?

А после этого попробуйте подумать: чему Вас учит Ваш ребенок? Что такое появилось в Вас, чего без Вашего чада не было бы?

Хотя в жизни бывает по-всякому, давайте исходить из того, что Ваш ребенок родился от любимого человека.

Согласитесь, что встреча с любимым Вас сильно изменила, не так ли? Да и разве может быть по-другому: что ж это за любовь, если она не меняет человека?

Но ребенок ведь тоже любимый? И Вы тоже с ним встретились. И более того, живете вместе.

А думаете ли Вы над тем, как он влияет на Вас?

Меняемся ли мы, родители, в связи с рождением ребенка? Меняется ли наша сущность?

Согласимся, что на этот вопрос уже нет очевидного ответа.

Эта тяжелая пора — детство

Увы, наше отношение к детству весьма и весьма высокомерно.

Высокомерие это строится на нашем убеждении, что, мол, детство — это такая прекрасная, чудесная пора, состоящая из сплошных радостей.

Вот французский исследователь XIX века Эмиль Тардьё утверждает: «Дитя растет, для него мир становится феерией, праздни-

ком. Что от него требуется? Играть, быть счастливым и увлекать нас своим счастливым, радостным видом»¹.

Невероятно высокомерный взгляд!

А вот современный исследователь Шефали Тсабари утверждает: «Детство — не время сбора урожая, это время сажать семена»².

Весьма характерный для взрослых взгляд. Малое дитя не живет — сажает семена, готовится к жизни.

Но с точки зрения ребенка — все как раз наоборот: он целыми днями только и делает, что собирает урожай, часто не замеченный взрослыми.

Когда мы, взрослые, оглядываемся назад, нам действительно искренно кажется, будто детство — это такой бесконечный праздник. Ведь тогда вся жизнь была впереди. Были живы и молоды родители.

Великий Пушкин утверждал, что воспоминания есть лучшая способность души нашей. Поэтому даже если детство было счастливым не до конца или вовсе несчастливым, с высот взрослости оно все равно, как правило, представляется прекрасным и легким. Нам ведь есть с чем сравнивать: сегодняшние, взрослые, проблемы куда серьезней и тяжелей детских.

Детям сравнивать не с чем. Они живут здесь и сейчас. Их не очень заботит будущее, а прошлое слишком мало, чтобы оказывать на них серьезное влияние.

¹ Тардье Э. Скука: Психологическое исследование. — М.: ЛКИ, 2013. С. 147.

² Тсабари Ш. Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 237.

Детство — самый тяжелый, самый болезненный период в жизни человека.

В течение нескольких месяцев я наблюдал, как гуляют детсадовские дети на площадке во дворе.

Чем старше ребенок — тем серьезней и, если угодно, печальной он становится.

Оно и понятно.

Знаете, какое главное занятие ребенка?

Главное занятие ребенка — познавать мир.

Посмотрите в окно, взрослые люди, как Вам наш мир? Непрост? Противоречив? Недобр?

А теперь представьте: каково его познавать.

До трех лет мир для ребенка — это его мама. Ничего иного, в общем, не существует.

Но потом он понимает: помимо мамы существует еще много чего и со всем этим надо как-то жить, выстраивать отношения. Разве просто?

У одной семилетней девочки я спросил:

— Чем, на твой взгляд, отличаются взрослые от детей?

Ни секунды не задумываясь, она ответила:

— Улыбкой. Дети улыбаются более радостно, чем взрослые. Потому что у взрослых все-таки больше переживаний и они устали.

Кстати, сообщила об этом девочка довольно грустно.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если Вашему чаду больше трех лет, попробуйте задать ему вопросы, которые детям, как правило, не задают.

- Для чего ты живешь?
- Чем, на твой взгляд, отличаются взрослые от детей?
- Как тебе кажется, в жизни больше радости или печали?
- Чем тебя радуют взрослые? Чем раздражают?
- Какая твоя самая главная мечта?
- Если бы ты был волшебник, какое чудо ты совершил бы для мамы? А для папы?
- Что тебе больше всего помогает жить? Что мешает?

И так далее.

Поначалу ребенок может смутиться, но потом, если Вы проявите добрую настойчивость, непременно начнет отвечать.

Подобные вопросы помогут Вам увидеть в своем чаде личность, не просто милого малыша, но интересного человека.

Может быть, тогда Вы задумаетесь над тем, чему Вы можете научиться у собственного ребенка и как вообще он влияет на Вас.

Дети рожают взрослых

Познание мира, выстраивание с ним собственных отношений — согласитесь, нелегкая задача.

К кому бросается ребенок в этой непростой ситуации?

К тем, кто ближе и родней, — к родителям.

Он не просто учится у нас, он, если можно так выразиться, долгое время «списывает» с нас наше отношение к жизни.

Мы привычно считаем, что мы — учителя нашим детям. Безусловно, так и есть.

Однако неплохо было бы хотя бы иногда задумываться над тем, что

дети — наши экзаменаторы.

Я вообще убежден:

ребенок — это главный экзамен, который сдает человек Господу Богу (или Природе — как кому больше нравится).

Получилось помочь воплотиться человеку счастливому, радостному, успешному — значит, не зря прожил жизнь.

Не вышло... Что поделать? Никакие твои собственные богатства, премии и звания этот экзамен сдать не помогут.

Дети — наше зеркало.

Ребенок криклив и нервен? А где и у кого он этому научился?

Трудно усадить ребенка за уроки? А сколько раз он слышал от папы: «Как надоела работа! Как неохота на нее идти»?

Ребенок врёт? А сколько раз мама протягивала дочке мобильный со словами: «Опять этот противный начальник звонит! Скажи ему, что я ушла и забыла телефон»?

Жадный? А с кого берет пример?

Ребенок вырос закомплексованным? А не результат ли это того, что на него давили в детстве?

Ребенок не смог найти себя, свое место в жизни? А не потому ли так произошло, что ему с детства внушали мысль: главное

в будущей работе — это хороший заработок, а все остальное — неважно?

В «зеркале» ребенка мы видим и собственное отражение и, если можно так выразиться, результат себя.

Немецкому психологу и писателю Хантеру Бомону принадлежит поразительная по своей глубине и простоте мысль: «Обычно мы говорим о том, что мать рождает ребенка, и представление о том, что ребенок может родить мать, несомненно, требует привыкания»¹.

Понимаете, какая история?

Дети нас рождают.

Это обязательный процесс. Несомненный. Он происходит всегда.

Наш выбор состоит только в том, будет ли процесс нашего рождения от собственных детей случайным или мы будем рождаться (то есть меняться) осознанно.

Помните: осознанные родители. Вот кем мы должны стать!

Не забыть бы еще при этом один из главных принципов психофилософской педагогики:

дети — это радость.

Мы, взрослые, рождаемся (или, если хотите, перерождаемся) от радости.

И если рождение ребенка не делает жизнь родителей более радостной, значит что-то не так в Вашем восприятии мира, что-то сломалось.

¹ Бомон Х. Смотреть на душу. Душевная психотерапия. — М.: Институт консультирования и системных решений, 2011. С. 44.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Поскольку все мы живем в суете и ребенка своего, увы, тоже воспитываем в суете, нелишним будет иногда спрашивать себя: «Помню ли я, что мой ребенок — это радость?»

Вам кажется, что это естественный, само собой разумеющийся вывод?

Тогда попробуйте проанализировать свое общение с собственным чадом в последний день, два, три.

В своих конкретных действиях, в своих разговорах с ребенком всегда ли Вы исходили из того, что он — радость? Всегда ли Вы помнили об этом?

Такой контроль абсолютно необходим для того, чтобы выстроить с детьми правильные, гармоничные отношения.

Значит ли это, что ребенок никогда не раздражает, не злит?

Разумеется, не значит. Это ведь живой человек, и реакция на него — живая, естественная.

Если Вы любите свою вторую половину, это вовсе не означает, что Вы никогда не ссоритесь.

Но если в основе отношений лежит любовь, другими словами — понимание того, что рядом живущий человек — твое главное приобретение в жизни, радость от того, что он (она) есть, то в принципе отношения строятся иначе, чем когда в их основе лежит, например, равнодушие.

С детьми — абсолютно та же история.

Ребенок — напоминание о подлинном

Психофилософия исходит из того, что

младенец — это идеал человека.

Как такое может быть? Ведь младенец абсолютно беспомощен.

Правильно. Мы, взрослые, привыкли оценивать людей с точки зрения их силы, влияния, мощи и так далее.

Наши предки (аж до середины XIX века) вообще считали, что младенец — это существо, которое может стать человеком, а может и не стать. И вправду: что у него от человека? Он ползает на четвереньках, не говорит и, главное, не понимает, Кто Такой Бог. Вот вырастет — станет человеком, а пока...

Психофилософия предлагает иной взгляд.

Младенец — идеал человека, потому что он абсолютно свободен и абсолютно искренен.

Он подчиняется только своим желаниям: когда хочет есть — кричит; когда видит маму — улыбается; когда видит чужого — любопытствует; когда хочет в туалет — делает это; когда устает — засыпает.

Ребенок рождается свободным, а потом к нему приходят родители.

Младенец — воплощение Бога.

Жизнь человека — это путь от Божественной свободы, с которой мы все рождаемся, к социальной зависимости.

Может ли человек прожить без этой зависимости?

Нет, разумеется.

Но значит ли это, что он должен потерять все то Божественное (кому удобнее — Природное), что было в нем заложено от рождения?

И снова скажем: разумеется, нет.

Во время моих наблюдений за детьми на детсадовской площадке я заметил одну удивительную закономерность.

Вот маленький человек лепит куличик из песка, а другой маленький человек этот куличик разрушает.

Что делает трехлетний ребенок? Или плачет, или отходит в сторону — лепить новый.

Что делает пятилетний? Или бросается с кулаками на обидчика, или идет жаловаться воспитательнице. И то и другое, как правило, сопровождается слезами.

Понимаете, какая история? Трехлетнего еще не научили бороться — он пока не в курсе, что так можно делать.

Пятилетний знает, что жизнь — борьба, а не приятие, и он живет исходя из этого посыла.

Если мы хотим сохранить в человеке то Божественное начало, с которым он появился на свет, — не очевидно ли, что мы, родители, должны меняться сами?

Ребенок дан нам как напоминание о том настоящем, что есть (или было) в нас и что исчезло под давлением социальных потребностей.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если Ваше чадо находится в чудесном возрасте от трех до пяти, попробуйте проанализировать его поступки с точки зрения его желаний: он совершает то или иное действие потому, что ему самому хочется его совершать, или потому, что он хочет понравиться, например, Вам, родителям.

Психофилософия исходит из того, что свобода — это возможность жить сообразно собственным желаниям.

Пользуясь этой формулировкой, постарайтесь понять: свободный у Вас растет ребенок или нет?

Попробуйте честно разобраться прежде всего с собой: Вы пресекаете желания ребенка потому, что они действительно вредны, или потому, что Вам так проще?

Не получается ли так, что ребенок растет в убеждении, его желания никому не интересны, не важны, а потому — глупы?

Если так происходит, значит Вы растите несвободного человека.

Скорее всего, это происходит оттого, что Вы несвободны сами...

Ребенок — это Божий Посланник (или Посланник Природы — как кому больше нравится).

Поверьте: это не просто красивые слова, но руководство к действию.

Выбор родителей:

ощущать на себе влияние этого Посланника или заниматься только тем, что распространять собственное влияние.

Но ощущать влияние — значит меняться. Переделываться.

Взрослые — странные люди. Мы готовы меняться, например, чтобы больше понравиться новому начальнику. Или возлюбленной. Но куда как часто забываем:

если мы хотим, чтобы наш ребенок не слишком далеко ушел от того Божественного (Природного) идеала, каким он был в детстве, это потребует от нас самих серьезных изменений. Перерождения. Нового рождения — если угодно.

О том, как это осуществлять, мы дальше и поговорим.



ГЛАВА 2

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ НАСТРОЙ: НА ЧТО?

Для того чтобы мы поняли: не только мы рожаем детей, но и дети рожают нас, — мы, взрослые, должны настроиться на это понимание.

На что настраиваются родители, когда у них появляется ребенок?

На ребенка. Главное, чтобы он был здоров. Этому подчинена вся жизнь родителей и все их помыслы.

Это неправильно?

Это правильно абсолютно! Но здесь, как и всегда и во всем, необходимо чувство меры.

У меня есть знакомая, которая так усердствовала над своим ребенком, что, когда ее чаду исполнилось шесть месяцев, ее увезли на «скорой» с переутомлением.

Рождение ребенка вовсе не означает, что родители должны забыть о себе.

Я принадлежу к тому поколению пап, которые еще помнят, каково это без памперсов растить детей. Когда родилась моя старшая дочь, я должен был овладеть невероятным искусством прокалывания сосок, потому что советская промышленность выпускала уникальные изделия — детские соски без дырок! Тогда еще не было специальных приспособлений для нагревания молока — и как только не приходилось изгаляться, чтобы его нагреть.

Сегодня имеется все, чтобы облегчить «страдания» матери и отца.

И то, что родители настраиваются только на ребенка, совершенно забывая о себе, — это не данность, а выбор.

Первые месяцы бывает нелегко — ладно. Но ребенок растет, а родители по-прежнему забывают о том, как он влияет на них. Занятые ежедневными важными делами, они не настраиваются на себя, не анализируют себя. До того ли?

Увы, мы вообще крайне редко думаем о том, какую роль в нашей жизни играет психологический настрой. Нам недосуг понимать: на что мы настроимся — то и получим.

Если мы хотим, чтобы рождение ребенка поменяло нас, если мы понимаем: без этих изменений вряд ли возможно нормальное воспитание, — мы должны настроиться на то, что изменения должны произойти.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Подумайте над тем, все ли Вы сделали для того, чтобы не только Ваша внутренняя, но и Ваша внешняя жизнь с появлением ребенка улучшилась, а не ухудшилась?

Если вся Ваша жизнь подчинена этому маленькому существу, так ли необходима эта жертва? И жертва ли это для Вас или нормальное течение жизни?

Выдающийся современный психолог, один из апологетов логотерапии¹ Альфред Лэнгле замечает: «Люди дают себе “уста-

¹ Логотерапия — терапия смыслом — одна из наиболее популярных сегодня психологических теорий и практик, основателем которой является выдающийся психолог Виктор Франкл.

новку на счастье” и на протяжении многих лет стремятся быть счастливыми независимо от обстоятельств»¹.

С точки зрения логотерапии люди так вести себя не должны, потому что если в результате они не получают счастья, то их ждет разочарование.

С точки зрения психофилософии эта позиция абсолютно верная, потому что если человек настраивается на счастье — его довольно тяжело сбить с этой дороги.

Вам выбирать, какой подход Вам ближе.

Опыт общения с людьми, которые приходят ко мне на консультации, не просто доказывает, а вопиет о том, насколько незначительное внимание мы уделяем психологическому настрою.

Ко мне обращаются люди, имеющие проблемы, связанные с детьми. Среди них я не встречал ни одного, кто бы настраивался на то, что рождение ребенка должно его, родителя, менять; ни одного, кто настраивался бы на то, чтобы подружиться с ребенком, а не воспитывать его...

Увы, мы редко думаем о том, что настрой — это даже не полдела, а, если хотите, — две трети.

Наверное, это прозвучит парадоксально, но ведь мы знакомимся с собственным ребенком.

Мама моего товарища, поэта Володи Вишневого, замечательно сказала ему об этом первом миге знакомства: «Я полюбила тебя с первого взгляда».

¹ Лэнгле А. Жизнь, наполненная смыслом. Логотерапия как средство оказания помощи в жизни. — М.: Генезис, 2014. С. 94.

Поразительно сказано! Мне посчастливилось знать Володину маму — она была действительно удивительная мама и чудесный человек.

Но на что чаще всего настраивает нас это удивительное ощущение любви к ребенку? На что мы настраиваемся, знакомясь со своим чадом?

Чаще всего, к сожалению, на то, что ребенок — это наша собственность. Он обязан делать все то, что мы считаем нужным, потому что мы лучше знаем, что ему нужно. Он обязан нас беспрекословно слушаться только потому, что мы — родители и мы приведем его к счастью, ведь по-другому и быть не может.

Однако если мы даже не предполагаем, что ребенок — это личность со своими взглядами, разве мы сможем с ним подружиться?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если Вашему ребенку больше трех лет, попробуйте провести такой эксперимент.

Подсчитайте в течение дня, трех, недели, сколько раз Ваш сын или дочь предпринимали абсолютно самостоятельные, не согласованные с Вами действия.

А сколько раз ребенок делал что-то вопреки Вашим советам?

После этого Вы сами легко сделаете вывод: у Вас дома растет свободный человек, имеющий право на собственные ошибки и собственные открытия, или же раб, за которого все решаете Вы, другими словами — за которого Вы проживаете жизнь.

Психологический настрой: примеры

Поверьте, я могу написать миллион слов, доказывающих важность психологической настройки. Но мне кажется, правильной и полезней привести несколько примеров, весьма и весьма красноречиво доказывающих решающую роль самонастроя, о котором мы столь часто забываем.

Но сначала поговорим о поразительном опыте, который просто свидетельствует о том, какую огромную и — подчеркну — *конкретную* роль могут играть мысли в нашей жизни.

В течение 30 дней одна группа баскетболистов тренировалась в зале бросать мячи в сетку час в день, а спортсмены из второй группы оставались лежать на кроватях и представляли, как они это делают. Просто лежали и представляли.

Через 30 дней первая группа улучшила свои броски на 24 %, а вторая на 23 % (притом что за месяц игроки ни разу не прикоснулись к мячу!).

Третья (контрольная) группа, которая не тренировалась ни физически, ни мысленно, никаких изменений не продемонстрировала.

Представляете, какую огромную роль в нашей жизни играют наши мысли, фантазии и размышления!

А вот Вам, пожалуйста, пример удивительной психологической настройки.

В начале XX века жил да был такой врач, Эмиль Куэ. Он обнаружил, что если пациенты две минуты утром и две минуты вечером повторяют фразу: «Каждый день я чувствую себя все лучше и лучше», — они выздоравливают быстрее! Существуют

даже документальные подтверждения, что люди излечивались с помощью этого метода!

А теперь скажите: слышали ли Вы когда-нибудь о методе Эмиля Куэ? Думаю, нет. Метод явно не прижился.

С моей точки зрения, это произошло в немалой степени потому, что

мы сами не очень верим в силу психологического настроя.

Однако идеи Куэ не погибли. Относительно недавно, примерно полвека назад, кардиолог из Сиэтла Леонард Кобб провел такой эксперимент.

В то время некоторые болезни лечили таким (ныне запрещенным) образом: врач делал на груди небольшой надрез и завязывал узлы на сосудах, чтобы обеспечить приток крови к сердцу. Статистика свидетельствовала, что 90 % пациентов этот метод помогал.

Кобб стал делать «плацебо-операции»: он выполнял надрез, но не перевязывал сосуды. Статистика выздоровлений не изменилась!

Уже совсем в наше время всемирно известный психиатр Ирвин Ялом пришел к выводу: «Диагноз может действовать как самоисполняющееся пророчество»¹.

Понимаете, какая история?

Психологический настрой лечит болезнь. Почему же мы так боимся использовать его, когда надо «вылечить» жизнь?

¹ Ялом И. Дар психотерапии. — М.: ЭКСМО, 2015. С. 35.

Невероятную историю про то, как может действовать самовнушение, рассказывает Виктор Франкл.

История эта произошла в конце войны в немецком концлагере.

Товарищ Франкла рассказал ему о своем сне, в котором некий пророческий голос сообщил ему, что война закончится 30 марта.

Приближалась означенная дата, и становилось все более очевидно, что 30 марта война не закончится.

Однако 29 марта у этого человека началась лихорадка, 30-го он потерял сознание, а 31-го — умер.

«Тридцатого марта, когда он потерял сознание, для него закончилась война»¹, — констатирует Франкл.

Внушение было такой силы, что человек готов был сделать все, чтобы сбылось его предчувствие: даже умереть.

Вот что такое психологический настрой!

Психологический настрой: здравствуй, ребенок!

Люди — весьма самовнушаемые существа. Понятно, что этот вывод относится и к нам, родителям.

Мы что-то себе внушаем. Обязательно и непременно. Вопрос в том, делаем мы это осознанно или нет?

Что мы внушаем себе, когда знакомимся с собственным чадом и живем с ним?

¹ Франкл В. Психотерапия и экзистенциализм. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2015. С. 89.

Что это — новый человек, рожденный нами не для себя, а для мира, которого мы можем многому научить, но у которого и сами можем немалому научиться? Или что это — наша копия, которую мы родили для себя и будем использовать для решения каких-то собственных проблем и излечения своих комплексов?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Мой опыт доказывает, что родители, к сожалению, крайне редко задумываются над тем, кого они видят перед собой, глядя на собственного ребенка.

Ну, ребенок и ребенок — моя кровинка. Я уже к нему привык. Что уж тут особо размышлять?

Между тем Ваши отношения с собственным чадом решающим образом зависят от того, кем он для Вас является.

Поэтому попробуйте честно ответить себе на вопрос: Ваш ребенок — это Ваша собственность или самостоятельная личность?

Однако задание состоит не только (и даже не столько) в том, чтобы отыскать ответ, но — главное — в том, чтобы стараться жить исходя из этого ответа.

И если Вы — на что надеюсь — решили, что ребенок — это личность, имеет смысл как можно чаще повторять себе этот вывод, то есть правильно настраиваться.

Увы, современному человеку недосуг думать о том, как выстраивать отношения с собственным чадом.

Признаемся честно: у нас вообще не хватает времени для того, чтобы задумываться над важнейшими проблемами и вызовами в своей жизни.

Вопрос «За что мне все это?» современный человек, как правило, задает себе в минуты отчаяния. Он крайне редко задумывается об этом в спокойные минуты.

Может быть, выстраивая свои отношения с сыном или дочерью — подчеркиваю: *выстраивая*, — мы научимся задумываться и о собственных смыслах?

Повторю еще раз, потому что это важно.

Мы знакомимся со своими детьми. Даже если не задумываемся над этим: происходит знакомство с новым и очень важным для нас человеком.

Мы как-то настраиваемся на жизнь с ними. Даже если делаем это неосознанно.

То, как мы настроимся на ребенка, кого будем видеть перед собой, решающим образом скажется на наших взаимоотношениях с собственным чадом.

Психологический настрой на общение

Знаменитый ученый, исследователь мозга Джон Лилли заметил: «Мои эксперименты показывают, что при устранении внешних источников угроз внутренний опыт... может быть любым, какой вы только позволите себе испытать»¹.

¹ Цит. по: Уоллес Н. Ближе к воде. Удивительные факты о том, как вода может изменить вашу жизнь. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. С. 113.

Пропусту говоря: внутренний опыт приобретается тогда, когда нет внешней угрозы.

Когда родители настраивают себя не на то, чтобы общаться с ребенком, а на то, чтобы воспитывать его, они не думают о том, что он будет воспринимать их как угрозу. А если он начнет воспринимать их как угрозу, то он будет думать не о приобретении опыта, а о том, как бы этой опасности избежать.

Понимаете, какая история?

Когда родитель думает: «Вот сейчас пойду и объясню ему его (ее) ошибки, что он (она) делает неверно, чтобы больше такое не повторялось!», на самом деле он настраивается на то, чтобы ребенку угрожать. Ребенок, таким образом, настраивается не на то, чтобы исправить свои ошибки, а на то, чтобы всеми возможными способами, например враньем, угрозы избежать.

Если же родитель настраивается на разговор, то ребенок, знающий, что угрозы не будет, настраивается на понимание. При условии, конечно, что родитель сумеет так построить беседу, чтобы свое чадо заинтересовать.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

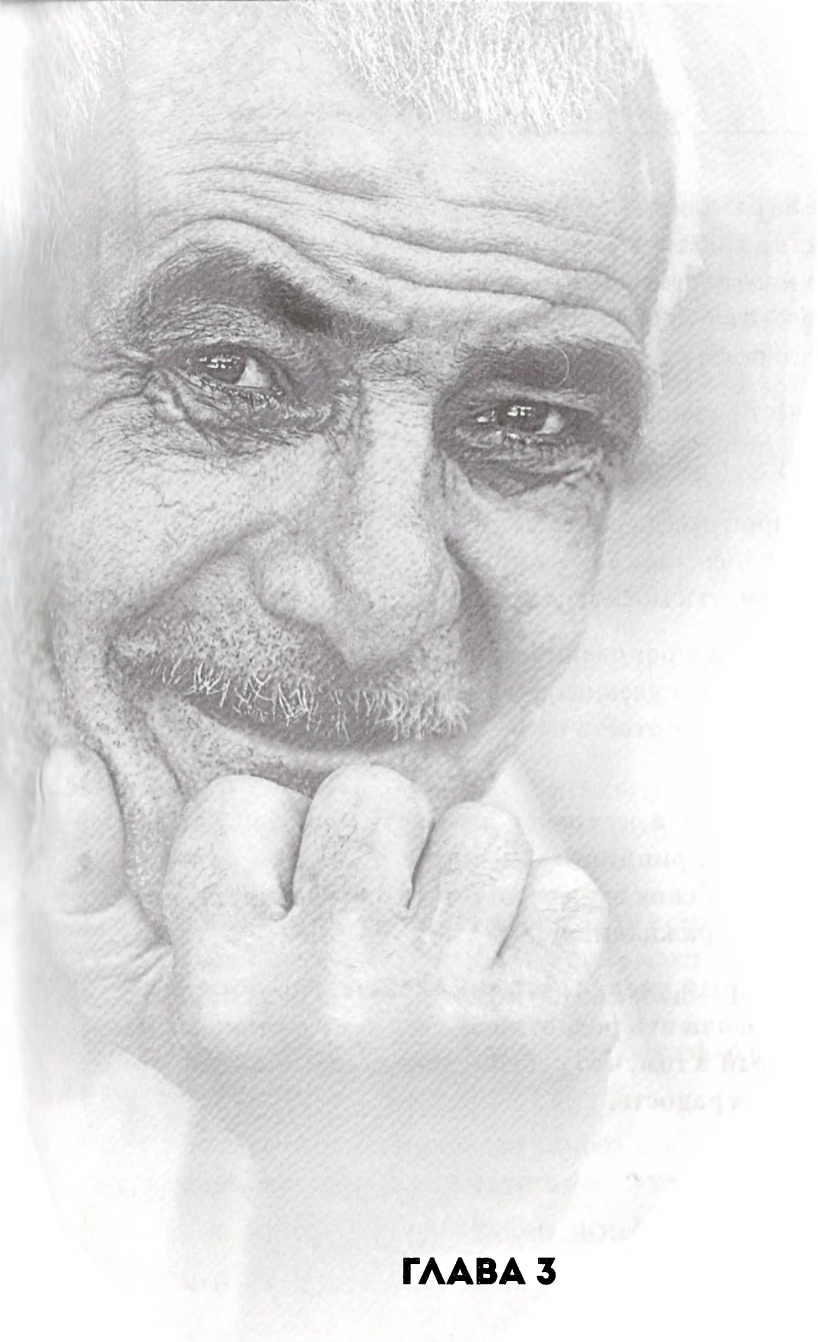
Задумывались ли Вы когда-нибудь над тем, боится ли Вас Ваш ребенок?

Удается ли Вам объяснить что-либо важное своему чаду, если он видит в Вас агрессора?

И еще один важный вопрос для Ваших размышлений. Какие качества рождает в Вас — именно в Вас — бесконечное запугивание ребенка? Что происходит с Вами, если каждую минуту Вы готовы испугать самого для Вас дорогого человека на Земле?

Скажите, а Вы вообще когда-нибудь задумывались над тем, зачем Вам ребенок?

Нет? Давайте поговорим об этом в следующей главе.



ГЛАВА 3

ЗАЧЕМ ВАМ РЕБЕНОК?

Ко мне на разговор постоянно приходят люди, которых мучают проблемы, связанные с их собственными детьми. Как правило, это мамы, потому что в нашем обществе мамы чувствуют большую ответственность за свое дитя, нежели представители сильного пола.

Очень часто я спрашиваю маму:

— Скажите, пожалуйста, а зачем Вам ребенок?

Этот вопрос всегда вызывает оторопь и глубокие раздумья, а иногда и гнев: мол, как же можно задавать подобный вопрос по отношению к моему любимому чаду?

А между тем вопрос очень важный, может быть, даже важнейший в наших отношениях с ребенком. Мы воспитываем своих детей, исходя из ответа на него, даже если не задумываемся над ним.

Мама, считающая, что ребенок нужен для любви, относится к своему чаду принципиально иначе, нежели та, которая полагает, что ребенок нужен для того, чтобы воспитать из него настоящего гражданина.

Отец, который уверен, что ребенок необходим для того, чтобы продолжить род, относится к нему не так, как папа, убежденный в том, что ребенок рождается для того, чтобы в доме была радость.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте честно ответить на вопрос: «Зачем Вам ребенок?»

Это можно сделать и в диалоге с самим собой, и в диалоге со вторым родителем.

Самое главное: отвечать не как принято и не для того, чтобы выглядеть красиво, а честно.

Ответ на этот вопрос, даже поиски этого ответа — серьезная психологическая настройка, позволяющая выстроить отношения с ребенком определенным образом, то есть таким, который Вам представляется наиболее правильным.

Когда у нас появляется ребенок, то мы в первую очередь заботимся о его здоровье, а во вторую — о том, как бы лучше его воспитать.

О том, что ребенок — это человек, с которым надо постараться выстроить отношения как со свободной личностью, родители задумываются крайне редко.

Если мы не видим в ребенке человека, то есть равного нам, то тем самым мы как бы ставим заслонку между ним и собой и не позволяем сыну или дочери влиять на нас.

Мы закрываемся. Влияние осуществляется только в одну сторону: сверху вниз.

Представляете? Мы вычеркиваем самого любимого человека из списка тех, кто влияет на нас, помогает нам стать лучше. Он для нас — просто воспитуемый.

Не глупо ли?

Великий русский педагог Ушинский заметил: «Каждый на себе испытывает, что душа наша особенно чутка к тому, что

ее интересует; а интересует ее всегда то, что может возбудить в ней большее число следов и тем дать ей обширнейшее поле для деятельности»¹.

Очень мудрые слова, особенно если отнести их к собственному ребенку.

Одним из главнейших критериев того, что ребенок нас интересуется, является то, что не только мы на него, но и он на нас воздействует, оставляет в нашей душе большое число следов.

Влияние ребенка дает нам обширнейшее поле для собственной деятельности, открывает нам, взрослым, нас самих.

Ребенок — это зритель?

Увы, очень часто родители как бы превращают ребенка в зрителя — они хотят перед ним *выглядеть*, то есть быть лучше, чем они есть на самом деле.

Это тоже своего рода заслонка: родители *как бы* на сцене, ребенок — в зале. Посмотри, маленький, какие мы классные! Как здорово мы играем роли крутых героев!

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Задумывались ли Вы когда-нибудь над тем, кем является для Вас Ваш ребенок?

¹ Ушинский К. Д. Воспитать ребенка как? / Сост. Е. Филиппова. — М.: АСТ, 2014. С. 47.

Это неразумное существо, которое надо постоянно воспитывать? А может быть, зритель, перед которым нужно исполнять свою роль? Или нелепый человек, который только и делает, что постоянно порождает проблемы? Или объект для воспитания, которому постоянно нужно делать замечания?

На мой взгляд, самое правильное — видеть в ребенке друга, который иногда нуждается в нашей помощи, но нередко может помочь и сам.

Однако если Вы выбираете такой взгляд, вопрос не в том, чтобы его продекларировать, главное — стараться жить со своим сыном или дочерью как с другом, общаясь так, как Вы привыкли общаться с собственными близкими друзьями.

Только равные, дружеские отношения с детьми позволяют нам учиться у них.

Психолог и мать троих детей Шефали Тсабари написала очень мудрые слова, в сущности, о том, почему с детьми не надо играть. Вчитайтесь в них.

«Если вы станете нормально относиться к своим недостаткам и ошибкам — без самобичевания, а просто принимая их как факт, то избавите детей от самого большого страха. *Они не будут страдать бесконечными сомнениями, боясь совершить ошибку, и это очень поможет им реализоваться в жизни* (выделено мной. — А. М.)»¹.

¹ Тсабари Ш. Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 79.

Почему в отношениях с собственными детьми мы столь часто боимся быть настоящими?

Ответ очевиден: это наши комплексы.

Психофилософия исходит из того, что комплекс — это панический страх человека из-за того, что он такой, какой есть, миру не нужен.

Книга психолога и педагога Шефали Тсабари называется *«Дети — зеркало нашего тайного “Я”»*. Несмотря на то что книга замечательная и, безусловно, очень полезная, с названием не соглашусь категорически: дети — зеркало не только тайного, но и явного нашего «Я».

Влияние детей на нас многослойно: они видят и то, что замечают все, и то, на что обращают внимание только близкие, и то, наконец, что не хотим видеть в себе мы сами.

Если Вы, общаясь с собственным ребенком, не хотите быть настоящим — это верный признак того, что Вами по жизни руководят комплексы.

Вам нравится так жить? Чудесно. Живите. Это Ваш выбор.

Вам не нравится так жить? Тогда учитесь у ребенка быть подлинным и старайтесь не играть, общаясь с ним.

С чего начать?

Например, с того, что говорить с Вашим чадом о том, что волнует Вас.

Дело в том, что, если мы не видим в ребенке личность, мы опасаемся разговаривать с ним о своих переживаниях. Чаще всего считая, что неразумное дитя не следует «грузить» взрослыми проблемами.

Говорить ли с детьми про взрослое?

Меня нередко спрашивают и на консультациях, и на лекциях: должны ли родители рассказывать детям о своих проблемах?

Слово «должны» здесь вряд ли подходит. Нет никаких законов — каждый решает сам.

Но вот что для меня совершенно безусловно:

если родитель не рассказывает сыну или дочери о своих собственных переживаниях и горестях, он не может рассчитывать и на откровенность своего чада.

Тут смотрите какая история.

Один ребенок растет, зная, что папа и мама дома абсолютно откровенны, что и друг с другом, и с ним они делятся всем, что их волнует.

И он привыкает к тому, что это — норма.

В семье другого папа и мама «не грузят» ни друг друга, ни ребенка тем, что их тревожит. Берегут.

Тогда такое отношение становится для ребенка привычным.

Иногда родители говорят: «Ну как же можно быть с ребенком на равных, если мы знаем больше, чем он?»

Они неправы?

Да. Неправы. Родители знают не больше — они знают про другое.

Дети, например, больше знают про природу, про общение — ведь дети, особенно маленькие, более общительны, чем взрос-

лые. Они иногда более наблюдательны и могут нас этому научить. Если, конечно, мы захотим учиться.

Мой друг рассказал мне поразительную историю про то, как его восьмилетний сын видит семейные отношения.

У друга возникли проблемы с женой. Ему казалось, что сын ничего не замечает. Папа и мама старательно играли роли любящих супругов.

Но однажды мальчик подошел к папе и спросил напрямую — так, как это умеют делать только дети (и этому, кстати, нам бы тоже неплохо поучиться):

— Пап, ты разлюбил маму?

— С чего ты взял? — несколько картинно удивился отец.

— А когда мама к тебе подходит, у тебя грустнеет лицо, — вздохнул наблюдательный ребенок.

Тут вот ведь какая история получается. Каждый родитель прекрасно знает, как трудно «прикинуться» ребенку. Мы, как правило, довольно быстро понимаем, что дочь или сын играют или, как говорят в театре, наигрывают.

Отчего же мы считаем детей глупее себя? Отчего же нам представляется, что они проглотят нашу фальшь?

Дети видят нас не такими, какими мы хотим казаться, а такими, какие мы есть на самом деле.

Прятаться, наигрывать, извините, выпендриваться — бесполезное дело.

Ребенок — это не просто зеркало. Это зеркало с рентгеном. Просвечивает насквозь.

Другой вопрос: хотим ли мы видеть это рентгеновское изображение или нам проще этого не делать?

Но согласимся, что это проблема наша, а не детей.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если Вашему ребенку больше трех лет, попробуйте рассказать ему о собственных проблемах, например, на работе.

Даже если Вам представляется, что Ваше чадо ничего в этом не понимает, неважно. Важно, чтобы это было Ваше подлинное желание и чтобы Вы действительно шли за помощью.

Если у Вас достаточно доверительные отношения, ребенок поможет Вам так взглянуть на ситуацию, как это не сможет сделать никто.

Попробуйте — и убедитесь сами.

Ребенок — зеркало с рентгеном

Американский психолог Джон Уэлвуд в своей замечательной книге *«Путешествие с сердцем»* пишет: «Близкие отношения могут помочь нам освободиться от обусловленности, давая нам возможность четко увидеть, как и в чем мы застряли. Они постоянно сталкивают нас с тем, что мы не выносим в себе (выделено мной. — А. М.)»¹.

Понятно, что речь идет о любви между мужчиной и женщиной.

¹ Уэлвуд Д. Путешествие с сердцем. — М.: Постум, 2015. С. 25.

А давайте представим себе, что мы будем так воспринимать близкие отношения с ребенком.

Дети — как существа, только пришедшие к нам от Бога (или из Природы — если Вам так больше нравится), — открывают в нас много неприятного, занесенного социумом, раздражающего нас самих.

Открыться этому? Увидеть собственный негатив в зеркале ребенка?

Или закрыться? Продолжать играть роль?

Выбор — за родителями.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Понятно, что мы разговариваем со своим ребенком о чем угодно. И правильно! Ну, право же, не контролировать же самого себя во время этих бесед?

И все-таки попробуйте — в порядке эксперимента, почему нет? — зафиксировать, сколько раз Вы говорите со своим чадом о себе, например, в течение недели.

Поговорили о себе — отметили в блокнотике. Еще раз поговорили — еще раз отметили.

В конце недели суммируйте результат.

Скорее всего, окажется, что Вы о себе почти совсем не говорите с самым близким Вам человеком — собственным чадом.

Вы боитесь нагрузить его своими проблемами? Вам кажется, что ему будет скучно?

Это Ваш выбор. Есть множество причин, по которым взрослые не хотят говорить с детьми о себе.

Только в этом случае совершенно очевидно, что ребенок не является Вашим другом, ведь с другом такие отношения невозможны, не так ли?

И еще Повторю.

Если Вы неоткровенны с ребенком, не стоит ждать откровенности и от него.

Моему сыну было лет десять, когда в одном из проектов у меня сложилась неприятная ситуация и я вскользь и между прочим поделился этим с Андреем.

Ребенок посмотрел на меня печально и сказал:

— Пап, там не получится ничего. Ты просто не любишь этих людей, а они не любят тебя. И у вас ничего не может получиться.

Он был прав! Более того, он сказал то, что я понимал, но в чем боялся сам себе признаться.

Честные, дружеские отношения с ребенком — самый простой путь для взрослого человека прийти к себе настоящему.

Так что же получается, детей вообще не надо воспитывать?

Вопрос в том, что именно мы подразумеваем под воспитанием.

С детьми надо жить. Общаться. Разговаривать.

Всегда иметь в виду, что они воспитываются сами, глядя на нас.

Никакие самые умные слова, самые серьезные сентенции не могут воздействовать на маленького человека столь действительно, как родительский пример.

Педагог и психолог Шефали Тсабари совершенно справедливо замечает: *«Общение с ребенком — это взаимовлияние, в котором развитие одного партнера всегда связано с формированием другого. И то, как дети могут изменить нас, не менее важно, чем то, как мы влияем на них (выделено мной. — А. М.)»*¹.

Не только мы постоянно изучаем свое дитя. Но и дитя изучает нас. И делает выводы.

Выводы эти в основном зависят от того, какими ребенок видит нас, родителей.

А мы какие? Суетливые да бегущие.

Что способно остановить нас, взрослых и, как нам кажется, разумных людей?

Об этом дальше и поговорим.

¹ Тсабари Ш. Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 32.



ГЛАВА 4

МЫ ЖИВЕМ В СМЫСЛОВОМ ВАКУУМЕ

Начнем с утверждения, которое настолько банально, что даже неловко его произносить: мы очень суетливо живем. Мимо чего мы только не проносимся, мчась к какой-то неясной, но почему-то манящей цели!

Редкое событие способно вырвать нас из суеты и спешки. Даже смерть близкого человека. Даже рождение ребенка.

Мы словно запрограммировали самих себя так, чтобы не задумываться о собственной жизни и собственных смыслах.

В результате мы живем в том, что великий психолог Виктор Франкл назвал экзистенциальным вакуумом, — вакууме смысла.

Американские психологи Джон Дарли и Дэниел Бэтсон провели знаменитый эксперимент, дабы показать, как действует на нас это неутолимое желание куда-то мчаться.

В исследовании участвовали две группы студентов, которые должны были просто перейти из одного здания в другое, где они должны были взять материалы, необходимые для дальнейшей учебы.

Студентам из первой группы сообщили, что надо спешить, поскольку вход в здание вот-вот закроется. Студентам из второй группы этого не сказали, и им было некуда торопиться.

В эксперименте также участвовал актер. Он находился на дороге из первого здания во второе и изображал человека, которого скрутило от боли. Казалось, он сейчас умрет. Было абсолютно очевидно, что этот человек нуждается в помощи.

Студенты первой группы пробежали мимо несчастного. Оставилось 10 % ребят.

Из второй группы к «умирающему» подошло около 70 %.

Символический эксперимент, не так ли? При определенных условиях жизнь человека, его боль и страдания вполне могут стать неважными.

Как правило, мы сосредоточиваемся на своем ребенке, когда у него возникают какие-то проблемы. Например, он заболел или стал приносить слишком много двоек.

В остальное время мы общаемся с ним так, как привыкли, то есть суесться.

Даже те родители, кто *теоретически* считает, что ребенок — главное в их жизни, практически не умеют на нем концентрироваться, не умеют стать осознанными.

Странно, правда?

Так может быть, попробовать именно с помощью собственного чада развить в себе умение сосредоточиваться на человеке, на его проблемах?

Не пробегать мимо, отделяясь общими фразами, а вот именно — сосредоточиваться?

Может быть,

**ребенок — это прекрасный помощник в борьбе против суе-
ты, которая съедает нас изнутри?**

Внимательность должна быть осознанной

Любой родитель понимает, что ребенок требует внимания. Но, увы, этот вывод чаще всего опять же остается чисто теоретическим.

К своему чаду мы всегда обращаем два вопроса: «Как дела в школе?» и «Ты поел?» Другими словами, мы говорим с детьми о том, что им абсолютно неинтересно.

Поэтому, как правило, получаем на первый вопрос ответ: «Нормально», а на второй: «Да», причем абсолютно вне зависимости от того, поел ребенок на самом деле или нет.

Дети требуют нашего внимания. Чем меньше ребенок (то есть чем ближе он к Богу или Природе) — тем естественней для него желание получить папу или маму целиком.

Обратите внимание, что совсем маленькие дети либо вовсе не общаются, занятые своим делом, либо общаются сосредоточенно. Они еще не умеют делать вид, что общаются. Они все делают по-настоящему.

Всем своим поведением, всем своим отношением к нам, взрослым, дети кричат: «Родители! У нас есть своя жизнь, свои проблемы! Даже если они кажутся вам, взрослым, незначительными, мы же от них страдаем всерьез! Обратите на нас внимание, пожалуйста!»

И это уже проблема родителей — услышат они этот крик или, занятые своей часто суетливой жизнью, пробегут мимо.

Если не услышат, то шанс на то, чтобы подружиться с собственным ребенком, стремится к нулю. Как и шанс на то, чтобы измениться самим.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если Вам не понравилось анализировать свои разговоры с собственным чадом, давайте продолжим.

На этот раз не надо никакой статистики, никаких особенных подсчетов — имеет смысл просто подумать.

Итак, подумайте, когда в последнее время Вы обсуждали со своим ребенком какую-либо проблему.

Что это была за проблема? Как долго длилось обсуждение? Хватило ли Вам одного разговора или понадобилось несколько? И самое главное: был ли ребенок Вашим собеседником или играл роль магнитофона, который записывал Ваши мысли? С друзьями ведь предполагается равная беседа, не так ли?

И еще. Попробуйте обратить внимание на то, обсуждаете Вы со своим чадом только его проблемы или свои тоже. Если выяснится — а так, увы, бывает часто, — что только его, значит Вы сосредоточены не на общении, а на воспитании. И значит, ребенок ощущает себя не Вашим товарищем, а Вашим воспитуемым.

Психолог Шими Канг свидетельствует: «Современные исследования по нейровизуализации показали, что осознанная внимательность улучшает структуру головного мозга. Когда мы проявляем внимание к чему-либо, наш мозг вырабатывает вещество под названием “нейротропный фактор мозга” (BDNF) — белок, необходимый для нейропластичности. BDNF не вырабатывается тогда, когда мозг находится в многозадачном режиме»¹.

Не все понятно?

¹ Канг Ш. Путь дельфина. Как вырастить счастливых и успешных детей, не превращаясь в мать-«тигрицу». — М.: Альпина нон-фикшн, 2015. С. 147.

Спокойно! Не надо паниковать, несмотря на обилие умных слов. Сейчас разберемся — и убежден, Вы поймете, насколько это важное свидетельство.

Итак, что такое нейропластичность мозга?

Наш мозг пластичен, то есть он умеет изменяться. Именно это свойство нашего мозга позволило мне дать подзаголовок к первой книге по психофилософии — «Книга для тех, кто перепутал себя с камнем»¹.

Люди — не камни. Мы меняемся.

Благодаря чему меняется человек? Благодаря тому, что получает новые знания. Новые знания способствуют выработке белка BDNF — и благодаря свойству нейропластичности человек меняется.

Так вот. Этот белок вырабатывается только тогда, когда мы сосредоточены на чем-то. В многозадачном режиме он не вырабатывается.

То есть

когда мы мчимся, спешим, решаем на ходу множество задач, мозг теряет свою пластичность — и мы не в состоянии предложить ни себе, ни ребенку ничего нового.

Теперь мы можем легко прочесть фразу «Ребенок требует внимания» как «Ребенок требует, чтобы Вы остановили свое внимание на нем, дабы использовать пластичность своего мозга (нейропластичность)».

Проблема в чем состоит?

¹ Максимов А. М. Психофилософия. Книга для тех, кто перепутал себя с камнем. — СПб.: Питер, 2014.

Современному человеку бежать проще, нежели останавливаться.

Мы создали такую систему ценностей, в которой тот, у кого есть свободное время, выглядит как неуспешный человек.

Мы привыкли так жить — и ради Бога. Мы научились походя решать свои проблемы — пожалуйста. Нам нравится суетой подменять смысл — это наш выбор.

Но если подобное отношение к миру не меняется с рождением ребенка, мы можем сильно навредить самому дорогому на свете существу.

Если мы не прислушаемся к настоящим требованиям ребенка сосредоточиться на нем, это может принести много бед не только нам, но и ему.

Навыки без философии

Задумывались ли Вы когда-нибудь над тем, чему Вы учите свое чадо?

Да, мы учим его самым разным навыкам, очень важным и полезным. В какой руке держать вилку, а в какой — нож. На какой сигнал светофора можно переходить улицу, а на какой — категорически нельзя. Почему овощи нужно мыть и как лучше это делать.

Повторю, эти навыки весьма важны и, безусловно, необходимы. Но согласимся, что обучение им не требует от родителей, как говорится, «раскидывания мозгами».

О том же, что составляет суть жизни, мы говорим крайне редко и друг с другом, и тем более со своими детьми.

Я имею в виду, например, законы взаимоотношений между людьми, между человеком и Богом, человеком и самим собой...

Очень часто мы не решаемся размышлять со своими детьми о том, что такое любовь и смерть, дружба и отчаяние, самоформирование и суть жизни...

Можно походя научить ребенка держать вилку и нож, во время этого обучения думая о чем-то своем.

Но невозможно походя поговорить, например, о том, что такое любовь и может ли подлинная любовь быть несчастливой.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Вспомните, когда Вы в последний раз обсуждали со своим ребенком сущностные проблемы бытия.

Вас пугает само это словосочетание?

Это Ваше дело. Но подумайте о том, как выработает Ваш ребенок собственную философию жизни (а она существует у каждого человека), если Вы совсем не говорите с ним про главное, про сущностное.

Попробуйте сами себе честно ответить на вопрос: почему с Вашим сыном или дочерью Вы не говорите, например, о том, что такое любовь, суть жизни, предательство?

Потому что Вам кажется, что детям это неинтересно? Откуда Вы это взяли?

Потому что Вам представляется, что ребенок этого не поймет? Так может, стоит попробовать?

Или потому что Вы сами боитесь таких разговоров? Так может, стоит измениться под воздействием своего чада?

Так получается, что в нашей суетной жизни мы совсем не говорим с детьми про главное.

Может ли ребенок выработать то отношение к жизни, которое нам представляется верным, если мы совсем не говорим с ним об этом?

Важно при этом не настаивать на том, что наш взгляд — единственно верный, но познакомить с ним своего самого родного человека, своего ребенка, необходимо.

Мы тратим огромное количество энергии на абсолютно бессмысленные движения, например, чтобы заставить ребенка убирать свою комнату или делать уроки.

Если хотя бы часть этой энергии мы тратили на разговоры с ним о самом важном, то у нас вырастал бы человек, который умеет жить осмысленно. Мало того, так еще и сами мы проживали бы куда более осмысленную жизнь.

Мы учим детей всему, кроме того, что является самым главным в жизни.

Что же им остается, бедным? Что делать этим маленьким людям, которые только входят в жизнь и волей-неволей познают ее законы?

Им остается одно: глядеть на нас.

Все главное про жизнь наши дети понимают, взирая на своих родителей, на то, как мы общаемся друг с другом, с Богом, со своими друзьями и врагами.

Теоретически это должно было бы привести к тому, что взрослые начали бы сильно меняться, осознавая, что подрастающее поколение берет с них пример.

Практически это не приводит ни к чему.

Ребенок рождает мать... Хороший вывод. Красивый. И абсолютно справедливый: любая женщина меняется после рождения ребенка.

Но вот вопрос: насколько эти изменения осознанны? Понимает ли мать, осознает ли отец, что рождение ребенка может сильно, иногда решительно изменить их самих?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Предлагаю провести такой эксперимент.

Попробуйте хотя бы в течение одного дня **ВООБЩЕ НЕ ДЕЛАТЬ СВОЕМУ ЧАДУ ЗАМЕЧАНИЙ**.

Поиграйте с собой в такую игру. Почему нет?

Под замечанием я понимаю любую фразу, которая указывает маленькому человеку на то, что ему надо делать что-то так, как представляется верным его родителям.

Совершенно неважно, сказано замечание в грубой форме или в ласковой. Главное: оно диктует ребенку определенное поведение в конкретной ситуации.

Не делать замечания — это очень трудно.

Но почему бы не попробовать поиграть в такую игру?

А параллельно постарайтесь понять, о чем Вы говорите со своим чадом, если замечания исключены?

Есть ли у Вас еще какие-то темы для разговора и что это за темы?

Может быть, так постепенно удастся дойти и до разговоров про важное?

Для своего ребенка я могу сделать самого себя

Американский психолог Джон Уэлвуд заметил: «Надо признать, что взаимоотношения — путь, помогающий нам развить более глубокую осознанность, сострадание и индивидуальность»¹.

Признаемся: не Бог весть какое открытие...

Но когда мы думаем о том, как другие люди помогают нам раскрыть самих себя, мы рассуждаем о каких угодно взаимоотношениях (Уэлвуд в основном говорит о взаимоотношениях между мужчиной и женщиной), но не об отношениях с детьми, не о том, как влияют на нас наши дети.

Заметим, что само слово «взаимоотношения» подразумевает взаимные отношения, но не диктат! То есть умение прислушиваться к другому, попытки его понять.

Родители могут развить свою индивидуальность только в том единственном случае, когда видят в своем ребенке друга, а не исключительно воспитуемого.

Если рождение ребенка не меняет суть родителя, значит это событие не является для него уникальным, а просто стоит в ряду иных.

Правильно ли это?

На вопрос: «Что Вы можете сделать для своего ребенка?» у родителей всегда есть множество ответов. Но не забыть бы главный: «Себя. Для своего ребенка я могу сделать самого себя».

¹ Уэлвуд Д. Путешествие с сердцем. — М.: Постум, 2015. С. 13.

Можно много рассуждать о том, что детей не надо воспитывать, с ними необходимо общаться.

Но даже если Вы, уважаемый родитель, со мной согласитесь, все равно от воспитания собственного дитяти Вам не убежать.

Хорошо это или плохо, но мы детей воспитывали, воспитываем и будем воспитывать дальше, и никуда от этого не деться.

Существует ли какой-то признак, по которому можно отделить хорошее воспитание от плохого?

Существует.

Хорошее воспитание — это когда родители воспитываются вместе с ребенком.

Слово «воспитание» в отношении нас, взрослых, не должно пугать.

Воспитание — значит изменение к лучшему.

Слово «воспитание» происходит от слова «питать». Хорошо питать — означает наполнять ребенка такой информацией, такими навыками, без которых нам, взрослым, по большому счету не обойтись.

Вот об этом подробнее поговорим в следующей главе.



ГЛАВА 5

МЫ ОТВЕЧАЕМ ЗА СЕБЯ САМИ

Я начну эту главу с очень длинной цитаты. Просто-таки неприлично длинной. Поверьте, я очень хорошо понимаю, что цитаты почему-то всегда читать непросто, тем более длинные, но все-таки я смею настаивать на прочтении.

Почему эти слова мне представляются чрезвычайно важными? Потому что если мы сможем научить своих детей тому, о чем пишет гений психологии XX века Виктор Франкл (а для этого придется научиться этому и нам, взрослым), можно будет с уверенностью сказать: основная задача воспитания выполнена.

Представляете, насколько это важные и ценные слова?

То, о чем пишет Франкл, — не просто некий теоретический вывод. Слова эти проверены и, если угодно, выстраданы его собственной судьбой.

Еврей Виктор Франкл большую часть войны провел в немецких концлагерях. Он помогал заключенным и многих спас от смерти.

Но самое поразительное, что, по сути, Франкл превратил немецкий концлагерь в своего рода психологическую лабораторию: он наблюдал за людьми, которые находились в крайней ситуации, пытался понять, какие силы помогают человеку выжить даже тогда, когда, казалось, у жизни против смерти нет никаких шансов.

Изучал он, конечно, и самого себя. Понимаете? Страдая от голода и унижений, занимался психологическим изучением себя и других людей.

Выйдя из заключения, он написал книгу, в которой рассказал о результатах своей научной деятельности в фашистском конц-

лагере. В русском переводе она называется «Сказать жизни „Да!“ Психолог в концлагере»¹.

Итак, Виктор Франкл, узник немецких концлагерей, признанный гений психиатрии прошлого века обращается лично к Вам:

«Влияют ли какие-либо обстоятельства, внутренние или внешние, на конкретного индивида или нет и в каком направлении осуществляется это влияние — все зависит от индивидуального свободного выбора. Не условия заставляют меня, а я определяю, поддаться им или нет.

Нет ничего такого, о чем можно было бы сказать, что это полностью обуславливает человека, не оставляя ему даже малейшей свободы.

Никакие события, никакие силы не в состоянии полностью обусловить смысл бытия человека.

Человек в конечном счете делает это сам. Он определяет не только свою судьбу, но также себя самого, поскольку формирует и оформляет не только путь своей жизни, но также собственное “я”.

В соответствии с этим человек не только ответственен за то, что он делает, но также за то, каким он является, потому что человек не только ведет себя в соответствии с тем, каким он является, но также становится таким, каким он делает себя своим поведением.

В конце концов человек становится таким, каким он сделал себя сегодняшнего из себя вчерашнего. Вместо того чтобы

¹ Франкл В. Сказать жизни «Да!» Психолог в концлагере. 4-е изд. — М.: Альпина нон-фикшн, 2009.

полностью подчиниться каким-то условиям, он создает самого себя (выделено мной. — А. М.).

События и факторы представляют собой не что иное, как сырой материал для таких самосозидающих действий, и человеческая жизнь является неразрывной цепью таких действий. Они представляют собой инструменты, средства для достижения цели, поставленной самим человеком»¹.

Не «за что?», а «зачем?»

Удалось осилить цитату? Советую прочитать два раза как минимум.

Потому что в этих словах — то главное, чему мы должны научить своих детей и научиться сами.

Человек создает себя сам. Используя для этого внешние обстоятельства.

Не подчиняясь им, а используя. Вот что важно.

Есть и иной взгляд.

Психолог Шефали Тсабари, которая, как мы уже говорили, абсолютно справедливо призывает родителей жить осознанно, считает, что «главная мантра осознанности: *есть так, как есть* (выделено мной. — А. М.)»².

¹ Франкл В. Психотерапия и экзистенциализм. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2015. С. 59.

² Тсабари Ш. Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 102.

Представим себе, что эту мантру повторял в немецком концлагере Виктор Франкл. Разве смог бы он практически лишь усилием воли превратить концлагерь в своего рода лабораторию для изучения человека в тяжелейших, крайних обстоятельствах?

Психофилософия предлагает иную «мантру». Не «есть — как есть», а «*будет — как хочется*».

Человек в силах использовать обстоятельства так, как хочется ему.

Простой пример. Ребенок приходит из школы и жалуется, что не может учиться, потому что у него учительница — дура.

Иногда это, что называется, отмазка. Но бывает, увы, что учитель — действительно неумный человек, и получается, что ребенок говорит правду.

Что же отвечают на эту правду родители?

Чаще всего: мал еще оценивать старших. Учись и все. Старайся.

Реже: что поделать? Надо терпеть.

И все?

А разве есть еще варианты ответа?

Безусловно!

Отрок, тебе повезло! Судьба дает тебе шанс научиться общаться с неумными людьми, в чьей власти ты находишься. Обучение это, конечно, не очень приятное, но для жизни необходимое. Вперед! Учись! Обретай полезные для будущей жизни умения!

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте, оценивая любую конфликтную ситуацию, в которую попал Ваш ребенок, научить его извлекать из нее урок, а не страдание.

— Тебе кажется бессмысленным учить таблицу умножения, если у каждого нынче есть телефон с калькулятором? Вывод спорный — ну да Бог с ним. Однако согласись: в жизни очень может пригодиться умение делать не до конца осмысленные вещи. Будем учиться этому.

— Ты влюбился в девочку, а она не обращает на тебя внимания? Интересная задача: привлечь внимание девочки на себя. Получится? Будет любовь. Не получится? Обретишь навыки.

И так далее.

Но! Чтобы научить так относиться к жизни собственного ребенка, необходимо так смотреть на нее и самому.

Что мешает попробовать?

Не «за что?», а «зачем?» — вот главный вопрос, которому мы должны научить своих детей, если судьба предлагает им сложную ситуацию.

Когда Франкл говорит о том, что надо не подчиняться обстоятельствам, а использовать их, он имеет в виду именно это. Неслучайно психологическую систему, которую он создал, ученый назвал логотерапией — лечением смыслом.

Представляете, как пригодится это умение нашим детям?

А как оно может изменить нашу собственную взрослую жизнь?

Не беда, а задача

Известный канадский писатель и философ Джон Кехо считает так: «Мы живем одновременно в двух мирах, двух реальностях: внутренней реальности наших мыслей, чувств и взглядов и внешней реальности, где существуют люди, места, вещи и события. Не в силах разделить эти Внутренний и Внешний миры, мы позволяем видимому Внешнему миру господствовать в нашей жизни, отводя Внутреннему лишь роль “зеркала”, отражающего все происходящее с нами»¹.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Вы согласны с Джоном Кехо? Вы тоже существуете под диктатом внешнего мира или все-таки Вам удастся на него влиять?

Отвечаете ли Вы за ту реальность, которая Вас окружает, или просто подчиняетесь ей?

И наконец, чему Вы учите своего ребенка: правильно *реагировать* на внешние обстоятельства или правильно *строить их*?

Психофилософия исходит из того, что мы сами создаем собственную реальность и, соответственно, сами за нее отвечаем.

Например, у многих детей есть проблема: не получается выстроить отношения с одноклассниками.

¹ Кехо Д. Подсознание может все! — Минск: Попурри, 2015. С. 13.

Как реагируют на это родители?

Иногда ругают ребенка: мол, что ж ты такой беспомощный. Иногда жалеют: бедный ты, несчастный — и даже иногда из школы забирают, чтобы только дитя не мучилось.

А что надо делать?

Надо постараться объяснить ребенку, что хозяин своей реальности — он сам, поэтому в первую очередь ему имеет смысл разобраться вот в чем: он действительно хочет выстроить отношения с одноклассниками или на самом деле ему этого делать неохота, но он знает, что так принято.

И снова не устану повторять:

желание есть главный движитель человеческой жизни.

Есть дети, которым нравится такое одиночество в классе, и в принципе они готовы ощущать себя в нем вполне комфортно, если бы их не убеждали со всех сторон (в том числе и родители), что это неправильно.

Если же ребенок действительно хочет нормализовать отношения в коллективе, то имеет смысл объяснить ему, что

конфликт — это не беда, которую надо пережить, а задача, которую нужно решить.

Не «За что мне такой ужасный класс?», а «Зачем мне дан этот конфликт и чему он может меня научить?»

Как бороться с бедой, даже взрослый человек поймет не вдруг. Однако если это не беда, а задача, то у нее должно быть решение.

Может быть, позвать ребят и устроить вечеринку. Может быть, подружиться с лидером класса и тем самым наладить отноше-

ния со всеми. Может быть, предложить одноклассникам то, что их явно заинтересует, скажем, новые записи популярного певца или билеты на его концерт.

В любом случае,

если проблему рассматривать как задачу, то всегда можно отыскать ее решение.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

У ребенка всегда возникают непростые ситуации. Едва ли не каждый день. Это естественно, потому что ребенок познает мир, а процесс любого познания бесконфликтным не бывает.

Каждый раз, когда у Вашего ребенка возникает конфликт, попробуйте научить его относиться к сложной ситуации как к задаче, которую надо решать, а не как к поводу для печали.

Постарайтесь помочь ему отыскать решение этой задачи.

Уверен, это послужит хорошим уроком и лично для Вас: относиться к проблеме не как к поводу для печали и нытья, а как к задаче, которую можно и нужно решать.

Итак,

главное, чему мы должны научить ребенка и научиться сами, — правильно реагировать на бесконечные вызовы мира. Нам нужно научить маленького человека и научиться самим пониманию того, что не мы зависим от обстоятельств, а они от нас; что не жизнь нас строит, а мы строим ее.

Речь опять же идет о психологической настройке: настраиваться на решение задачи.

Если ребенок — и Вы вместе с ним — научитесь вопрос «за что?» менять на вопрос «зачем?», то и Вам, и ему станет жить намного легче.

Что такое наши привычки?

Когда мы говорим о привычках, чаще всего мы имеем в виду, например, дурную привычку курить или обедать на ходу.

Да, это все есть, и с этим имеет смысл бороться.

Но привычки — это то, что вообще во многом определяет нашу жизнь.

Например, как Ваш ребенок привык делать уроки? Он сначала выполняет задания по сложным и неинтересным предметам, легкое оставляя на десерт, или наоборот? Он привык сначала делать уроки, а потом развлекаться или до последнего тянет и не садится за стол? Эти привычки многое определяют в его дальнейшей жизни.

Когда к Вам приходят гости, Ваш ребенок привык бояться их или с радостью начинает общаться?

Ваш ребенок привык Вам говорить правду, даже если она неприятна, или он привычно врет, лишь бы его не ругали?

И наконец, главная привычка: он относится к жизненным проблемам как к беде, которую надо пережить, или как к задаче, которую необходимо решить?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Найдите время для того, чтобы понять, какими главными привычками руководствуется Ваш ребенок в жизни.

Для начала подумайте о тех, которые, собственно, и формируют человеческую жизнь: отношение к самому себе, к работе и досугу, к друзьям и недругам

Оценивая привычки Вашего ребенка, важно стараться думать не о том, нравятся они Вам или нет, но о том, мешают они жить маленькому человеку или помогают.

Приятие привычек ребенка — это серьезный урок для Вас в восприятии сына или дочери как самостоятельной личности.

Если же Вам все-таки представляется, что привычки мешают Вашему чаду, имеет смысл *подумать вместе с ребенком*, на какие другие привычки можно их поменять и как это сделать.

Повторяю: не наказывать его, не произносить воспитательных речей, но вместе подумать и принять совместное решение.

Великий русский педагог Константин Ушинский совершенно справедливо заметил: «Чем моложе организм, тем быстрее укореняются в нем привычки. Дитя усваивает привычку гораздо быстрее и вернее, чем старик»¹.

¹ Ушинский К. Д. Воспитать ребенка как? / Сост. Е. Филиппова. — М.: АСТ, 2014. С. 31.

Мы, увы, не всегда отдаем себе отчет в том, что ребенок мгновенно превращает в привычку любой навык. Впоследствии эти привычки становятся основой его личности.

Какие — главные — привычки мы сумеем помочь обрести своему ребенку, такая жизнь у него дальше и сложится.

Воспитание — прививка правильных привычек

Задумывались ли Вы когда-нибудь над тем, что наше поведение — это не более чем набор привычек?

Кто-то привыкает с детства много работать, и эта привычка ведет его через всю жизнь. Кто-то относится к работе как к тяжкому бременю. Кто-то привыкает бояться людей, кто-то, наоборот, радоваться им. И так далее.

Воспитание — это, если угодно, прививка ребенку правильных, полезных привычек, которые облегчат его жизнь, сделают ее более наполненной.

Виктор Франкл в книге *«Воспоминания»* пишет о принципах, которые ему привили родители: «Любые мелочи исполнять столь же тщательно, как и самое великое дело, и самое великое дело — с тем же спокойствием, что и самое незначительное... Я все делаю не к крайнему сроку, но по возможности заранее, и тем самым предотвращаю двойное напряжение — когда у меня и так много работы, чтобы помимо бесчисленных дел на меня не давил еще и страх не успеть. И третий принцип: не только стараться сделать все заранее, но еще и начинать с самого неприятного, то есть поскорее от него избавляться»¹.

¹ Франкл В. Воспоминания. — М.: Альпина нон-фикшн, 2015. С. 28–29.

Что это такое, как не привычки, воспитанные с детства? Привычки, которые помогли Франклу не только жить, но и пережить ужасы фашистских лагерей.

Если мы обречем важную привычку смотреть на своего ребенка сосредоточенно и осмысленно, то мы легко увидим, какие привычки своего существования он обретает.

С одной стороны, это будет способствовать тому, чтобы вовремя поменять привычки, мешающие жить, на те, что жизни помогают.

Но с другой — и это очень важно — поможет посмотреть в это зеркало с рентгеном и изменить какие-то собственные привычки, мешающие нам жить.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Американский психолог Карл Роджерс ввел в науку понятие «идеальная самость» — представление человека об идеальном себе, о том, каким он хотел бы быть.

Если Вашему чаду больше трех лет, попробуйте поговорить с ним о том, каким он видит самого себя идеальным и что мешает ему быть таким.

Хочет быть умным? Надо читать книги. Красивым? Умываться по утрам и делать зарядку. Сильным? Хорошо кушать.

Ребенок вполне в состоянии строить себя, а не просто выполнять указания родителей, если перед ним ставят такую задачу.

Было бы чудесно, если бы предварительно вопрос «Какова моя идеальная самость?» Вы задали сами себе.

Каково Ваше представление об идеальном самом себе? Каким Вы видите себя? Что мешает Вам стать таким идеальным? Используете ли Вы обстоятельства жизни для строительства самого себя или Вы уповаете на них, чтобы вовсе не меняться?

И наконец, какие Ваши собственные привычки приближают Вас к идеальному пониманию самого себя, а какие, наоборот, отдаляют?

Извините за тавтологию, но привычки — это самое привычное, что есть в нашей жизни, потому-то мы не обращаем на них никакого внимания.

Между тем привычки — это то, в чем отражается и наша жизнь, и жизнь наших детей, разумеется.

Привычку нельзя уничтожить, ее можно только заменить другой.

Это относится как, скажем, к привычке чистить зубы по утрам, так и, например, к привычке общаться (или не общаться) с гостями, которые пришли к родителям.

Если научиться относиться к поведению ребенка как кобретению тех или иных привычек — воспитание становится более конкретным и осмысленным.

Не стоит игнорировать ни свои, ни чужие привычки.

Они — основа жизни.



ГЛАВА 6

ОБРАЗОВАНИЕ — ДЕЛО РОДИТЕЛЬСКОЕ

Когда ребенок поступает в школу, вместе с ним поступают туда и родители. То, что за 11 лет ребенок изменится, понятно. Однако всегда ли мы отдаем себе отчет в том, что «школьные годы чудесные» требуют изменений и от нас, родителей?

Я провел социологическое исследование. Один и тот же вопрос «Зачем вы ходите в школу?» я задавал детям в Израиле и России.

Результаты я получил абсолютно разные.

В Израиле с огромным отрывом победил ответ «Учиться», в России — «Общаться».

Российские дети прекрасно понимают, что обучение в школе — не главное дело.

История о том, что Вы отдаете свое чадо в школу и можете забыть про его образование, не работает, увы.

Я много писал и говорил о том, что

если родители хотят, чтобы их ребенок вырос образованным, то его образованием они должны заниматься сами.

Великий русский педагог Ушинский вообще считал, что детей должны учить матери, а в школу их можно отдавать только в случае крайней необходимости.

«Я желал бы, чтобы русская женщина, испытав глубокое наслаждение самой учить и развивать своего ребенка, не уступала этого наслаждения никому без крайней необходимости, — писал он. — Что женщине врождено стремление учить и развивать свое дитя и вместе с тем даны необходимые для этого способности, в этом не может быть сомнения»¹.

¹ Ушинский К. Д. Воспитать ребенка как? / Сост. Е. Филиппова. — М.: АСТ, 2014. С. 301.

Когда родители думают об обучении своих детей, они чаще всего имеют в виду те науки, которые преподают в школе.

Без сомнения, это важно. Об этом я немало писал в предыдущих книгах. Здесь, увы, на школу мало надежд, и родители должны либо сами, либо с помощью приглашенных педагогов эту задачу решать.

Однако здесь я хотел бы поговорить о другом — как мне кажется, о важнейшем.

Родители не всегда отдают себе отчет в том, что синоним слова «образование» — «возникновение».

Помочь возникновению, формированию человека должны родители. И для этого, понятно, им придется дать детям особые знания, о которых в школе даже не говорят.

Навыки XXI века

У человека рождается ребенок. Тем самым человек немедленно превращается в родителя. Очень бы хотелось (боюсь, без этого сегодня не обойтись), чтобы родитель, пусть постепенно, превращался бы еще и в педагога.

Какие самые главные знания должен дать родитель-педагог своему чаду, чтобы «образовался» человек, который сможет комфортно и удачно жить в XXI веке?

Для получения ответа на этот вопрос хочу познакомить Вас с результатами одного очень известного исследования.

При Мельбурнском университете существует ассоциация, которая объединяет более 250 специалистов из 60 вузов разных стран. Путем многолетних изысканий ученые выявили четыре

навыка, которые необходимы для того, чтобы человек мог реализоваться в XXI веке.

КРЕАТИВНОСТЬ — умение творчески подходить к любому делу, принимать неожиданные, нестандартные решения.

КРИТИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ — умение не принимать на веру любой постулат, задавать правильные вопросы, помогающие разобраться в любой задаче.

КОММУНИКАбельность — умение общаться, доносить до других людей свои идеи, вместе с тем и умение слушать других.

НАВЫКИ СОТРУДНИЧЕСТВА — умение работать в команде, когда есть необходимость — руководить, а когда надо — подчиняться.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Как Вам кажется, сумели ли Вы сами обрести эти столь необходимые современному человеку умения?

Какого навыка Вам лично не хватает? Готовы ли Вы его воспитывать в себе, может быть, даже вместе с ребенком?

Только поняв это про самого себя, Вы сможете помочь воспитанию этих умений у собственного чада.

Обратите внимание: естественное, казалось бы, для нас умение получать знания в эти навыки не входит.

Почему?

Ученые убеждены:

знания сами по себе бесполезны. Они работают только в том случае, когда у Вас есть креативность и критическое мышление.

Тысячу раз права американский психиатр Шими Канг, утверждающая: «В нашем мире, тонущем в море нефильтрованной информации, настоящим достоинством творческого мышления является не способность запоминать вещи, а умение находить взаимосвязь между ними»¹.

Если школа по-прежнему вбивает в голову наших детей кучу информации и старательно учит их зубрежке, что остается делать тем родителям-педагогам, которые хотят видеть своих детей современно образованными?

Во-первых, знать про эти навыки.

Во-вторых, понять, есть ли эти навыки у Вас.

И в-третьих, способствовать тому, чтобы они формировались у Ваших детей.

Как учить тому, чему не учат в школе

Если Вы хотите привить ребенку эти навыки, то будет неплохо, если Вы поймете: им невозможно учить специально.

¹ Канг Ш. Путь дельфина. Как вырастить счастливых и успешных детей, не превращаясь в мать-«тигрицу». — М.: Альпина нон-фикшн, 2015. С. 102.

Ваше поведение, Ваше отношение к детям, Ваша жизнь, в конце концов, либо способствуют появлению у ребенка этих умений, либо нет.

Креативность.

Семья — это школа, в которой у ребенка либо рождается, либо умирает креативность.

Чем младше ребенок, тем он креативнее. Малыши нередко делают совершенно невероятные выводы и подчас предлагают совершенно немыслимые решения. Не надо над этим смеяться. Имеет смысл стараться поддерживать ребенка в его смелых выводах.

Но и повзрослев, дети нередко демонстрируют неожиданный подход к обыденным делам. Например, убирают свою комнату, танцуя под громкую музыку. Или придумывают какие-то домашние игры, скажем, пытаются забивать теннисный мячик между ножками стула, а мячик в любой момент грозит полететь не туда и что-нибудь сбить.

Беда заключается в том, что

чаще всего неожиданное, неординарное поведение ребенка раздражает родителей. Они хотят привести свое чадо в норму.

Так уничтожается креативность.

Не стоит бояться неожиданных решений Ваших детей. Имеет смысл обсуждать эти решения для того, чтобы понять: насколько они продуктивны. Но никогда не презирать и не высмеивать.

Критическое мышление.

Семья — это школа, в которой ребенок либо учится мыслить критически, либо в нем воспитывается страх перед таким мышлением.

С этим вообще беда. Ребенок, который не принимает на веру все, что говорят родители, начинает очень раздражать. Подчас даже кажется, что он становится неуправляемым.

Не устану напоминать прекрасную мысль Корчака: говоря «хороший ребенок», мы чаще всего имеем в виду «удобный ребенок».

Если Вы хотите воспитать у Вашего чада критическое мышление, Вы должны понимать, что тренировать его он будет именно на Вас, родителях.

Это вовсе не означает, что надо принимать любое «нет» ребенка.

Это значит, что любое несогласие необходимо обсуждать.

Было бы очень хорошо, если бы родители включили в свой лексикон слова «обоснуй», «докажи», «объясни».

Именно они должны следовать за любым «нет» ребенка.

Коммуникабельность.

Семья — это школа коммуникабельности.

Именно здесь ребенок учится понимать чужие слова и четко формулировать собственные мысли.

Если Вы хотите, чтобы ребенок вырос коммуникабельным, с ним необходимо общаться.

Казалось бы, что может быть проще? Однако нередко на ребенка оказывается давление, в нем видят не собеседника, который имеет право и должен высказывать свою точку зрения, а воспитуемого, обязанного все принимать не веру.

Навыки сотрудничества.

Семья — это первый коллектив, в котором ребенок может получить первые навыки сотрудничества.

Вы сотрудничаете со своим ребенком или просто приказываете ему? Вы готовы в каких-то ситуациях подчиниться маленькому человеку и дать ему возможность почувствовать ответственность за принятие решения?

Например, Вы собираетесь провести выходной с собственным чадом. Отличная идея! А почему бы не дать ему возможность самому придумать план действий, который будет интересен и ему, и вам — родителям?

Вы готовите праздничный обед? Здорово! Почему бы не составить меню вместе с ребенком?

Нам кажется парадоксальной мысль о том, что ребенок должен быть частью команды, которая называется семьей. Мы ведь редко оцениваем семью как команду.

Но ведь именно в семье у него должны быть воспитаны командные навыки — навыки сотрудничества.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если Вы согласны с необходимостью воспитать у ребенка эти четыре навыка, значит Вам придется думать о том, способствуют Ваши действия воспитанию этих навыков или нет.

Креативность, критическое мышление, коммуникабельность, навыки сотрудничества — это умения, которые формируют личность.

Повторю еще раз: они не формируются с помощью каких-то отдельных уроков — их созидает жизнь. Ваша жизнь со своим сыном или дочерью.

Поэтому — в идеальном варианте, конечно, — было бы здорово, обдумывая любой свой поступок в отношении ребенка, любое свое действие, даже слово, понимать, помогают они в воспитании этих навыков или нет.

Три задачи родителей в отношении школы

А как же быть со школой? Даже если мы договоримся, что там не учат главному, все равно ведь ребенок должен ее окончить.

Когда ребенок поступает в школу, у Вас появляется одна главнейшая задача: маленького человека защищать.

Бесконечно погоняя ребенка, заставляя его учиться на отлично, мы очень часто уничтожаем у него те навыки, о которых мы только что говорили.

Еще на заре XIX века такую систему образования, как у нас, — когда всех учат всему, не обращая внимания на индивидуальные особенности человека, — великий педагог Песталоцци называл антипсихологической.

А примерно через сто лет, на заре уже прошлого века, Виктор Франкл так писал о собственном образовании: «В первых клас-

сах средней школы я еще считался образцовым учеником, но затем свернул на собственный путь»¹.

Понимаете, какая история?

Школа диктует: хочешь быть образцовым — не иди собственным путем!

О какой креативности или критическом мышлении можно тут говорить? О каких навыках сотрудничества?

Нет ничего более нелепого, нежели требовать от ребенка, чтобы он учился на отлично.

Я абсолютно не убежден, что отличник обладает теми навыками, о которых мы только что говорили.

Главным критерием жизни человека в школе должно являться не то, насколько он хорошо успевает по всем предметам, а то, нашел ли он собственное призвание и получается ли у него успешно двигаться по выбранной дороге.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если Ваш ребенок учится в школе, Вы наверняка его ругаете. Так бывает всегда.

Остыв после очередной взбучки, задумайтесь: за что Вы ругаете своего сына или дочь?

За плохие оценки? Почему Вы так уверены, что ребенок должен хорошо учиться? Уверены ли Вы, что хорошие

¹ Франкл В. Воспоминания. — М.: Альпина нон-фикшн, 2015. С. 55.

оценки хоть что-то гарантируют маленькому человеку в будущей жизни?

Не представляется ли Вам более разумным помочь ребенку обрести призвание и утвердиться в нем? Не представляется ли Вам правильным помочь своему чаду преодолеть бессмысленность школы, чтобы маленький человек почувствовал в Вас друга, который все понимает, а не воспитателя, который дома продолжает его терроризировать так же, как школьные учителя?

Итак, каковы задачи родителей в отношении школы?

Таких задач, на мой взгляд, три.

1. Защищать ребенка от школьного произвола и унижений.

Стараться всегда быть на его стороне. Не ругать за плохие отметки, а пытаться понять, почему они получены. Не считать, что оценка является критерием знаний, это не так. Не унижать.

2. Помогать ребенку окончить школу.

Быть с ним рядом. Не требовать отличных отметок по всем предметам, а помогать переходить из класса в класс. Стать соратником своему ребенку в этом сложнейшем деле — учебе в школе.

Может быть, делать с ним вместе уроки. Может быть, нанять репетитора. Может быть, просто из солидарности

не спать до глубокой ночи, пока ребенок делает уроки, и давать ему чай. Быть рядом.

3. Помочь ребенку обрести свое призвание и, соответственно, получать максимальные знания именно по тем предметам, которые пригодятся для осуществления этого призвания.

Именно родители, а не школа должны помочь ребенку осознать себя, найти то дело, которому хочется — именно хочется! — отдать жизнь. Если эта задача решена, тогда родители должны уделять особое внимание тому, какие знания получает их чадо именно по тем предметам, которые ему в дальнейшем пригодятся. Если задача не решена — не требовать от ребенка быть отличником по всем предметам, а внимательно смотреть за его интересами, пытаясь помочь ему обрести собственное призвание.

Игра — это полезно

Одна из бед наших школ состоит в том, что обучение происходит катастрофически серьезно, чтобы не сказать занудливо.

А не забываете ли Вы, родитель, играть с собственным ребенком? Или Вы считаете себя столь серьезным, что Вам не до игр?

Однако надо ли долго объяснять, что те умения, о которых мы говорим в этой главе, иногда проще получить в совместной игре? Те же навыки сотрудничества или коммуникабельность? А креативность? А критическое мышление?

Психолог Шефали Тсабари призывает родителей: «Уловите в себе проявления детской непосредственности, вспомните, как это было здорово. Тогда вы будете на одной волне в общении с ребенком. *Когда ваша подача идет от сердца, открыто, когда вы искренно вовлечены в контакт между вами, он тоже не станет закрываться* (выделено мной. — А. М.)»¹.

Надо ли добавлять, что все это лучше всего осуществить именно в игре?

Комиссия по правам человека ООН признала, что игра является фундаментальным правом каждого ребенка.

Американский психолог Шими Канг призывает относиться к нехватке игр у детей столь же серьезно, как к нехватке сна.

Вот ведь оно как!

Ученые, как известно, все понимают про людей, делая опыты на крысах.

Так вот — были взяты две группы крыс. Одной разрешили играть, то есть драться, толкаться, пищать. А второй запрещали это делать, наказывая крыс за любую активность.

В результате эксперимента выяснилось, что крысы из первой группы более любопытны, более адекватно и смело реагируют на опасности.

Коротко говоря, крысы из первой группы оказались лучше приспособлены к жизни, нежели грызуны из группы второй.

¹ Тсабари Ш. Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 241.

Мы привычно рассуждаем о том, сколь важна игра для наших детей. Мы уже усвоили, что многие жизненные навыки дети могут обрести играя.

Не забыть бы при этом, насколько необходима игра и нам, взрослым.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Вспомните, когда Вы в последний раз играли со своим ребенком.

Играть ведь можно очень долго — просто игры меняются: от кукол и машинок в детстве до спортивных соревнований в зрелом возрасте.

Если игра есть неременная часть Вашего общения — прекрасно.

Если же ее нет, значит Вы многое о своем ребенке так и не узнаете.

Великий русский педагог Ушинский заметил, что игра для ребенка — это не игра, а действительность.

Способен ли взрослый человек поверить в эту действительность? Жить в ней?

Если угодно, для взрослого человека игра — это проверка на то, сумел ли он сохранить в себе Божественные качества, данные Природой: умение фантазировать, азарт, умение сосредоточиться и так далее.

Если Вы не играете с Вашим чадом, то Вам трудно будет найти с ним общий язык.

Если Вы не играете с Вашим чадом, то это, как правило, означает то, что Вы слишком серьезно сами к себе относитесь: у Вас нет самоиронии.

Психолог Шефали Тсабари замечает: «Я много раз убеждалась в том, что дети перенимают взгляды родителей. Конечно, взрослея, они могут их пересматривать, но фундаментальное отношение к жизни передается им на энергетическом уровне»¹.

Игра — это возможность передать ребенку живое отношение к жизни.

Надо ли говорить, сколь это важно?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Шими Канг предлагает такую классификацию родителей. Подумайте, к какой группе принадлежите Вы и что мешает Вам не опекать постоянно свое чадо, а дать ему возможность свободно жить и развиваться.

Итак. «Родители-вертолеты» вечно нависают над ребенком, в любой момент готовые приземлиться... «Родители-газонокосильщики» или «снегоочистители» всегда на шаг впереди, убирают перед ребенком все преграды, расчищая ему путь. «Родители — пузырьчатые упаковки» всю свою жизнь посвящают тому, чтобы защитить свое чадо от малейшего разочарования»².

¹ Тсабари Ш. Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 126.

² Канг Ш. Путь дельфина. Как вырастить счастливых и успешных детей, не превращаясь в мать-«тигрицу». — М.: Альпина нон-фикшн, 2015. С. 38.

Что объединяет все эти метафоры отношения к ребенку?

Неуважение к нему. Непонимание того, что ребенок не просто имеет право на ошибки, а обязан их совершать, дабы обрести собственный опыт, а не повторять родительский.

И когда мы помогаем ребенку найти себя, обрести свое призвание, мы должны понимать: мы выводим его на собственную дорогу, а не на ту, по которой прошли сами.

Об этом подробнее в следующей главе.



ГЛАВА 7

БЕС РАБОТЫ

Мы, взрослые, совершенно не думаем о том, как наше отношение к собственной работе влияет на наших детей.

Мы, взрослые, чаще всего четко делим мир: вот — работа, вот — дети. Это как бы две отдельные части нашей жизни. И это нормально.

Однако не позабыть бы при этом: ребенок всегда видит наше отношение к работе. И делает выводы.

И вот представьте: ребенок каждый день замечает, как папа и мама страдают из-за своей работы. Утром им не хочется на нее идти, вечером они жалуются, что дико устали. Они вздыхают: «Еще целый месяц до отпуска, скорей бы». Они редко рассказывают о том хорошем, что было на службе, но о проблемах — долго и даже по-своему радостно.

Какую информацию из всего этого выносит ребенок?

Работа — это нечто тяжелое, трудное и печальное. Жизнь делится на прекрасные выходные, когда можно делать что угодно, и жуткие будни, когда надо заниматься чем-то неинтересным ради зарабатывания денег.

А тут еще и по радио, и по телевизору, и в Интернете накануне выходных постоянно радуются: вот, мол, отработали свое, оттрудились, теперь настанет счастье выходных!

Весь мир вокруг рассказывает, что отдыхать — здорово, а трудиться — очень тяжело.

«Труд» происходит от слова «трудно», — решает ребенок. — А деньги — это единственная цель любой деятельности. Чем больше ты можешь заработать денег, тем, значит, лучше твоя работа. Поэтому главный критерий в выборе дела жизни — заработок».

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Задумывались ли Вы над тем, какое Ваше отношение к работе зеркалит Ваш ребенок?

Если Вы любите свое дело, получается ли у Вас донести до своего чада ощущение радости от любимой работы?

Если Вы относитесь к своей работе негативно, объясняете ли Вы сыну или дочери, почему так получилось, и стараетесь ли сделать так, чтобы ребенок понял: в данном случае брать с родителей пример не надо?

У нас, взрослых, странная логика. Если ребенок заявит, что хочет по расчету жениться, это нас расстроит. Если же скажет, что хочет выбрать работу, где больше платят, мы решим, что вырастили разумного человека.

Выбор дела — это не выбор заработка или прекрасного будущего, но выбор счастья или несчастья. Потому что человек, который восемь (чаще больше) часов в сутки занимается нелюбимым, пусть даже престижным и прибыльным, делом, счастлив быть не может.

Увы, статистика свидетельствует: более 80 % людей занимаются нелюбимым делом.

Это значит, что люди привыкают делать то, что им неинтересно. И эта кошмарная привычка переходит к детям.

Заниматься нелюбимым делом становится нормальным.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если Вы входите в счастливые 20 % людей, которые занимаются тем, чем им нравится, это задание не для Вас.

Если же Вы идете на работу как на каторгу, задумывались ли Вы когда-нибудь, почему так получилось, и пытались ли изменить ситуацию?

Говорите ли Вы со своим ребенком о причинах, которые заставляют Вас делать то, что Вам не нравится? Размышляете ли Вы вместе с ним, как избежать такой ситуации, или считаете ее нормальной и волей-неволей толкаете свое чадо к такой же жизни?

Жизнь как гонка

Повторю: подавляющее большинство родителей требуют от своих детей хороших оценок.

Почему-то оценки волнуют родителей больше, чем то, открыл ребенок в себе призвание или нет.

Если вдуматься, странная логика, не так ли?

Мы требуем, требуем, требуем от своего ребенка!

И однажды происходит то, о чем замечательно точно написал Константин Ушинский: «Не одно талантливое, нервное и впечатлительное дитя сделалось тупым и ленивым именно потому, что в нем преждевременными попытками подорвана уверенность в своих силах, столь необходимая человеку при всяком деле»¹.

¹ Ушинский К. Д. Воспитать ребенка как? / Сост. Е. Филиппова. — М.: АСТ, 2014. С. 303–304.

Торопим, торопим, торопим!

Это же гонка — надо всех опередить!

А вот, например, в Финляндии до шестого класса нет оценок вовсе! Первый стандартный, то есть одинаковый для всех, тест, который позволяет сравнивать знания разных учеников, делается, когда детям исполняется... 16 лет!

И знаете, что произошло? Согласно недавнему исследованию, проведенному Организацией экономического сотрудничества и развития, разница между сильными и отстающими учениками в Финляндии самая маленькая в мире.

И еще. По индексу счастья (он оценивается по десятибалльной системе) Финляндия занимает одно из первых мест в мире: 9,6.

Отдаем ли мы себе отчет в том, что, начиная с детского сада, мы включаем ребенка в гонку, которая своего апогея достигает в школе?

Когда я говорю о том, что родители должны осознать себя как родителей, я имею в виду и необходимость ответа на этот вопрос.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Это задание для тех, чьи дети учатся в школе.

Подумайте: по каким критериям Вы оцениваете успешность или неуспешность своего чада?

Вам важно, чтобы ребенок получал хорошие отметки или чтобы он определился с выбором в жизни?

Если Ваш ребенок определился с выбором в жизни, Вы одинаково относитесь к оценкам, которые он получил по «нужным» предметам и по «ненужным»?

Что заставляет Вас ругать, скажем, гуманитария за тройку по математике? Какой Вы видите в этом смысл?

Причем гонка эта не за сущностными ценностями, а за формальными. Люди гонятся сначала за хорошими оценками, потом — за карьерой, деньгами, славой...

В Финляндии поняли, что не надо детей включать в эту гонку. А мы?

У меня перед глазами лицо женщины, которая пришла на консультацию, потому что потеряла все мотивации в жизни.

Она приехала из Ростова завоевывать Москву. Начала с того, что покупала за границей товары и продавала в Москве. Потом открыла магазин. Потом два. Потом на шикарной машине подъехала к только что купленной шикарной квартире, вошла в нее, села на пол в коридоре и осознала, что совершенно не понимает, зачем ей дальше жить.

Ей 35 лет. Ни семьи. Ни детей. Ни желания что-либо делать, потому что себя она так и не нашла.

Когда люди зарабатывают деньги — это здорово. Но если человек не смог отыскать себя, отыскать свое предназначение — деньги никогда не принесут счастья.

Какой пример видит ребенок в собственном доме?

Пример родителей, которые любят свое дело? Которые обрели призвание, счастливо и успешно реализуют его?

Или пример «гонщиков», которые думают только о своей карьере, ненавидя или даже презирая то, чем они занимаются?

Работа: любит — не любит

Ребенок много чему может научить своих родителей и много на что может открыть глаза. В частности, может заставить задуматься над тем, почему жизнь тратится на нелюбимое дело.

Если ребенок видит родителя, который вдохновлен любимым делом, страстно занимается им, который, конечно, устает, но это усталость увлеченного человека, ему не нужно будет долго рассказывать про то, что работа по призванию — это счастье.

Ребенку, который видит перед собой измученного нелюбимым делом родителя, имеет смысл объяснять неестественность и неправильность такого положения дела — и помогать ему обрести собственное призвание.

Важно понимать, что ребенок, даже самый маленький, если и не осознает, что родитель страдает от необходимости заниматься нелюбимым делом, то всегда чувствует это.

Эмоциональное состояние родителей всегда считывается детьми.

Бывает всяко. Увы, очень часто у взрослых нет возможности поменять нелюбимую работу на любимую.

Нередко случается и так, что такая возможность есть, но не хватает смелости.

Когда я начал проводить консультации, я был искренно удивлен тому, как много, оказывается, есть людей в возрасте 30–35+, которые хотят поменять нелюбимую работу на любимую, часто хуже оплачиваемую и менее престижную. У кого-то получается, у кого-то — нет, однако желание есть у очень многих!

Еще более поразительным показалось мне то, что нередко мотивацию такой смены люди формулируют так: «Не хочу,

чтобы перед глазами моего ребенка был пример несчастного человека!»

Люди считают себя несчастными, потому что занимаются не тем делом, которое любят.

Люди приходили ко мне не столько за советом, сколько за поддержкой.

И... меняли свою работу!

Всегда ли после этого они становились счастливы? Нет, разумеется: жизнь складывается по-разному.

Но, как герои знаменитого фильма, они могли произнести фразу: «Я хотя бы попробовал».

Но что же делать, если обстоятельства складываются так, что изменения невозможны и никак не удастся вырваться из этих 80 %? Как в этом случае строить отношения с ребенком?

Первое.

Не стесняясь, говорить ребенку, что Вы занимаетесь нелюбимым делом и это весьма и весьма печально.

Не бояться того, что Вы выглядите в глазах потомка не крутым. Использовать свою жизнь как *отрицательный* пример для того, чтобы помочь чаду обрести себя.

Быть с ребенком честным. Понятно, что это в принципе очень важно. Но, кроме всего прочего, иного пути подружиться с ним не существует.

Нелепо делать вид, что у тебя все в порядке, когда ребенок видит перед собой несчастного человека.

Дети так же чувствуют наше счастливое или несчастливое состояние, как мы чувствуем счастье и несчастье своих детей. Тут их обмануть практически невозможно.

И второе.

Помочь ребенку обрести призвание.

Призвание — это желание. То есть то, что ребенку хочется делать более всего.

Великий Ушинский заметил: «Кто наблюдал за детьми, тот знает, что дитя счастливо не тогда, когда его забавляют, хотя оно и хохочет, но тогда, когда оно совершенно серьезно занимается увлекающим его делом»¹.

Понимаете, какая история?

Ребенок счастлив, когда увлечен.

Я убежден, что Господь (если кому-то больше нравится — Природа) создает только солистов. В массовку — в эти самые 80 % — люди уходят по собственному желанию именно потому, что в свое время им не помогли обрести призвание.

Призвание помогает решить огромное количество проблем, начиная от того, как оторвать ребенка от компьютера (маленькому человеку, который обрел себя, просто не хватает времени на компьютерные игры), и заканчивая... ну, скажем, борьбой с завистью.

Да, академик Дмитрий Сергеевич Лихачев считал, что зависть свойственна только тем людям, которые не сумели обрести себя.

¹ Ушинский К. Д. Воспитать ребенка как? / Сост. Е. Филиппова. — М.: АСТ, 2014. С. 153.

«Зависть развивается прежде всего там, где вы сам себе чужой, — писал он. — Зависть развивается прежде всего там, где вы не отличаете себя от других. *Завидуете — значит, не нашли себя* (выделено мной. — А. М.)»¹.

Призвать призвание

Как помочь ребенку обрести призвание?

Я много писал об этом в других своих книжках². Поэтому — вкратце.

Выбор призвания должен быть абсолютно самостоятельным.

Американский психолог и философ Ролло Мэй дает очень точную метафору того, как мы живем. Человек «живет так, как если бы был направлен каким-то радаром, закрепленным у него на голове и постоянно говорящим ему о том, что другие люди ожидают от него. Подобное радарное устройство приводится в движение и управляется другими»³.

Увы, именно такой радар часто помогает нам отыскать призвание для своего ребенка.

Мы ищем работу престижную, хорошо оплачиваемую, нужную сегодня в обществе и так далее.

Это неверные критерии?

Это неглавные критерии.

¹ Лихачев Д. С. Мысли о жизни. Письма о добром. — М.: Азбука-Аттикус; КоЛибри, 2014. С. 470.

² Перечень моих книг для тех, кто заинтересуется, дан в конце этой книги.

³ Мэй Р. Человек в поисках себя. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2013. С. 15.

Повторю еще раз: призвание — это желание.

Ребенок очень хочет заниматься чем-то.

Как ему помочь определить это главное желание?

Первое. Ребенка надо уважать.

То есть понимать, что это — самостоятельная личность с собственными потребностями. Он не должен повторять путь родителей. Более того, иногда повторение такого пути бывает трагическим.

Второе. Ребенку надо предлагать разные занятия.

Не заставлять его что-либо делать, а именно предлагать. Краски — чтобы рисовать. Мячик — чтобы играть в футбол. Конструктор — чтобы мастерить. И так далее.

Понимаете? Предлагать разное. Не заставлять, а вот именно предлагать.

Третье. За ребенком надо наблюдать.

Очень часто, если ребенок откладывает какую-то забаву, предложенную родителями, взрослые склонны считать его ленивым и неблагодарным.

Это грубая ошибка.

Может быть, ему тяжело. Интересно, но трудно. Хочется ведь, чтобы сразу получилось, а оно не получается.

Можно помочь ребенку, подсобить.

Но вполне вероятно, что ему просто не понравилось то, что Вы ему предлагаете. Замечательно. Значит, надо предлагать дальше, пока Вы не увидите, что что-то из предложенного его заинтересовало.

Великий педагог Иоганн Генрих Песталоцци, чей метод природосоответствия и помог мне придумать этот способ определения призвания у детей, считал, что в самом общем виде призвание ребенка можно и должно определить — внимание! — в 5–7 лет.

В 3–4 года ребенок отрывается от матери и замечает, что вокруг него существует сложный и занятный мир. Песталоцци был убежден: если любить ребенка и наблюдать за ним, то через 3–4 года после того, как он оторвался от матери, можно хотя бы в общем виде понять его увлечения.

Сегодня возраст 5–7 лет для определения призвания выглядит утопией. Хорошо. Пусть это будет 10–12. Но все-таки не 17, когда мы выбираем чаще всего вуз, а не призвание.

Четвертое. Перед ребенком нужно ставить более сложные творческие задачи.

Родители заметили, что их ребенок рисует, или здорово играет в футбол, или пишет стихи... Реакция на это чаще всего одна: умиление.

Реакция понятная, но недостаточная. Пережив ее, надо поставить перед ребенком более сложную задачу, например рисовать не только пейзажи, но и портреты; играть в футбол в более серьезной команде и так далее.

Не получается поставить задачу самому? Нестрашно. Можно отдать решение этой задачи профессионалам.

Ребенку ведь редко хочется делать что-то одно. Он хочет и то, и другое, и пятое, и десятое.

Так вот если желание — это призвание, то более сложные задачи не отпугнут, а заставят относиться к делу серьезнее.

Отпугнут — значит, не его. Ничего страшного.

Пятое. Ребенок имеет право на ошибку.

Родительские крики: «Только ходил в фотокружок, а теперь футбол подавай!» — бессмысленны.

Если Вы предлагаете ребенку различный выбор, то Вы должны понимать, что может быть приятие, а может — неприятие. И неприятие — тоже результат. Причем положительный.

Все эти шаги может сделать любой родитель. На самом деле они совсем просты.

Нет таких родителей, которые не помогли бы своему ребенку обрести призвание.

Главное — понять, сколь важно для ребенка обрести любимое дело, и помочь ему в этом обретении.

Будь оптимистом!

Закончить эту главу я хотел бы замечательной мыслью американского психолога, матери троих детей Шими Канг. Она предлагает обращаться к детям с таким внутренним посылом: «Будь оптимистом, радуйся жизни, вдохновляй на это окружающих, и мы все вместе преуспеем в мире, который станет лучше!»¹

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Думали ли Вы когда-нибудь о том, с каким внутренним посылом Вы обращаетесь к собственному ребенку?

¹ Канг Ш. Путь дельфина. Как вырастить счастливых и успешных детей, не превращаясь в мать-«тигрицу». — М.: Альпина нон-фикшн, 2015. С. 22.

Подозреваю, что, увы, нет.

К сожалению, внутренний пессимизм, который несут многие из нас, часто обусловлен тем нелюбимым делом, которое отнимает львиную долю не только нашего времени, но и душевных сил.

В доме, где живут депрессивные родители, редко вырастают счастливые дети.

Получается ли у Вас обращаться к детям с тем внутренним посылом, о котором пишет Канг?

Нет?

Кто виноват?

Обстоятельства, отсутствие денег, нелюбимая работа, наконец?

А может быть, Вы просто не ставили перед собой такой задачи: научить ребенка радоваться жизни?

Может быть, имеет смысл ее перед собой поставить?

Иногда родителям достаточно что-то скорректировать в себе, в своем отношении к жизни — и это незамедлительно скажется на ребенке.

А то ведь мы горазды видеть проблемы во всем. Даже в том, что наш ребенок не похож на других...

Вот о таком ребенке и о том, как он помогает раскрыться родителям, сейчас и поговорим.



ГЛАВА 8

СВОЕОБРАЗИЕ — ЭТО НОРМА

Психолог Шефали Тсабари утверждает, что родителям «очень хочется, чтобы у детей были какие-то выдающиеся способности или достижения... Все мечтают о том, чтобы воспитать следующего Эйнштейна, Майкла Флелпа или Джулию Робертс»¹.

Наверное, есть родители, которые мечтают о том, чтобы их дети были уникальны.

Но я все время сталкиваюсь с другой проблемой: папа и мама не хотят, чтобы их ребенок выделялся. Они мечтают о спокойной, тихой жизни для своего дитяти.

Уникальность ребенка, его непохожесть не радуют, а пугают.

Мама пришла на консультацию и показывает письмо, которое написал ее сын.

Цитирую: «Любезная сударыня! — пишет 14-летний сын своей маме. — Хочу известить Вас о неприятном. Увы мне! Однако категорическая невозможность общаться с подобиями людей вроде нашей учительницы немецкого языка заставляет меня обратиться к Вам с нижайшей просьбой о перемене места обучения, то есть школы, столь мне ненавистной».

— Он все время со мной только так переписывается. В таком стиле. Он — нормальный? — спрашивает мама, едва сдерживая слезы.

Она не радуется тому, что у нее необычный сын. Она волнуется по этому поводу. Даже страдает.

Другая женщина рассказала такую историю. У нее двое детей: мальчику — семь лет, девочке — одиннадцать.

¹ Тсабари Ш. Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 244.

И вот мама положила перед ними на столе полтора мандарина и сказала:

— Полтора мандарина.

Мальчишка усмехнулся. Ему показалось, что словосочетание «полтора мандарина» очень смешное.

А девочка показывает на фрукты и говорит:

— 540.

— Что 540? — не поняла мама.

Дочь упрямо повторяет:

— 540, 540...

Наконец объясняет:

— Один мандарин — 360 градусов. Полмандарина — 180. Вместе получается 540.

Девочка видит мир в цифрах. Ей трудно в школе. Когда на уроке литературы просят сформулировать главную мысль произведения — она не понимает вопроса, ей неясно, что у произведения может быть какая-то одна основная мысль. В картине мира для нее главное — цифры, все остальное неинтересно и непонятно.

Она нормальная?

А вот совсем другой молодой человек. О нем я прочитал в книге знаменитого польского писателя и педагога Януша Корчака.

«Когда я решаю математическую задачу, — говорит этот парень, — цифры — это солдаты. А я полководец. Ответ — крепость, которую я должен взять. Если мне пришлось туго, я вновь собираю разбитую армию, составляю новый план битвы и веду в атаку».

Я абсолютно убежден: этот человек математиком не вырос. У него совершенно иное устройство головы.

Он нормальный?

— Да! Да! Да! — так отвечаю я на вопрос о нормальности этих детей.

Они все — нормальные.

Своеобразие ребенка — это норма.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Задумывались ли Вы когда-нибудь над тем, в чем своеобразие именно Вашего чада? Что в нем заложено так, чего нет в других детях?

Очень часто своеобразие ребенка и есть указатель на его талант, то есть призвание. И эту особенность надо стараться развивать, а не уравнивать свое чадо с остальными детьми.

В чем же состоит это задание, если попросту?

Не умиляться и тем более не раздражаться на непохожесть собственного ребенка, а анализировать, пытаться понять, как она может помочь Вашему ребенку в жизни. Например, не есть ли она — указатель на его призвание?

Все дети — гении?

Прочитайте еще раз знаменитую книгу Корнея Ивановича Чуковского «От двух до пяти». Многие ли взрослые могут столь своеобразно видеть мир и столь интересно и по-своему о нем рассказывать?

Как Вам такой рассказ, записанный Чуковским: «Жорж разрезал лопаткой дождевого червя. — Зачем ты это сделал? — Червяку было скучно. Теперь их два. Им стало веселей».

Или этот: «Как ты смеешь драться? — Ах, мамочка, что же мне делать, если драка так и лезет из меня!»¹

Можно смеяться. А можно задуматься. Про то, как нам самим часто хочется раздвоиться, чтобы стало веселей. Или про то, что именно вылезает из нас в самых неподходящих ситуациях, как из ребенка — драка...

Своеобразие детей, как и любое своеобразие, может раздражать. Можно научиться относиться к нему терпимо.

А можно исходить из того, что дети напоминают нам о том хорошем, что когда-то было в нас, однако под воздействием социума уничтожилось.

Есть даже такая весьма распространенная точка зрения, что все дети рождаются гениями, но подавляющее большинство из них нивелируются нашим миром.

Не знаю, так ли это. Но вот что интересно.

Всем известно, что дети очень впечатлительны. Оказывается, впечатлительность — это не что иное, как признак гениальности!

Об этом писал знаменитый итальянский психолог Чезаре Ломброзо: «Если мы обратимся теперь к решению вопроса, в чем именно состоит физиологическое отличие гениального человека от обыкновенного, то на основании автобиографий и наблюдений найдем, что по большей части вся разница

¹ Чуковский К. И. От двух до пяти. — М.: Азбука-Аттикус, 2015. С. 7–8.

между ними заключается в *утонченной и почти болезненной впечатлительности первого* (выделено мной. — А. М.). Дикарь или идиот малочувствительны к физическим страданиям... По мере развития умственных способностей впечатлительность растет и достигает наибольшей силы в гениальных личностях»¹.

Обостренная реакция ребенка беспокоит родителей. Она мешает взрослым, и нам представляется, что будет мешать и нашим детям, когда они вырастут.

Представим себе, что ребенок прибегает домой и с восторгом рассказывает, как дворовая кошка родила котят, или как он только что видел двухэтажный автобус, или как по улице шел человек и играл на трубе.

Что ребенок хочет сказать?

Что мир прекрасен, необычен и странен.

Такая впечатлительность часто пугает родителей. И они ее либо просто не замечают, либо даже начинают ругать свое чадо: мол, ну родила — и что особенного, двухэтажный автобус — это нормально, а человек на трубе может играть где угодно.

Однако не получается ли так, что, борясь с впечатлительностью ребенка, с его обостренным восприятием мира, мы тем самым убиваем если и не гения, то человека, который своеобразно смотрит на мир?

Взрослые хотят, чтобы их детям жилось легко. Это желание понятно и абсолютно естественно.

¹ Ломброзо Ч. Гениальность и помешательство. Женщина преступница и проститутка. Любовь у помешанных. — Минск: Попурри, 2014. С. 21.

У детей — иной критерий: им хочется жить интересно.

Уверены ли мы, что, убивая этот обостренный интерес к жизни, мы делаем детей более счастливыми?

Во все времена гениям, как правило, жилось трудно. Но они всегда проживали интересную жизнь, и именно своеобразные, часто ни на кого непохожие люди двигали историю человечества.

Поверить в то, что человек, которому ты мыл попу, — гений, очень тяжело. Убивать в нем уникальность, оправдывая это тем, что ему так будет легче жить, — и понятней, и проще.

Но правильное ли?

Дети даны, чтобы взрослые не позабыли в себе Бога

Почему дети видят мир и говорят о нем своеобразно, а взрослые — нет? Почему нас не удивляет, что ребенок видит мир по-своему, а если так смотрит взрослый, мы называем его по-этом? Почему, наконец, увидев своеобразие своего ребенка, мы столь часто боремся с ним?

Понятно — почему.

Задача взрослого — смешаться с толпой. Быть таким, как все, — удобно.

До той поры, пока дети не поняли этой задачи, они не просто не боятся своей уникальности, но даже не думают о ней!

То, что социум нивелирует людей, — понятно. Человек — социальное животное. Кто только не писал по этому поводу книг и какие только исследования не проводил!

Это не так?

Так, конечно.

Однако разве это означает, что социум должен убить в нас все индивидуальное и личностное?

Дети несут в мир Божественное начало. Непохожее. Другое. Индивидуальное.

Этому Божественному можно учиться у них. Оно прекрасно, но непрочно. С ним трудно жить в нашем совсем не божественном мире.

Когда у человека это получается, его называют художником (в самом широком смысле этого слова). Неслучайно вывод о том, что художники — это дети, звучит как банальность.

Понятно, что все художниками быть не могут. Но разве означает это, что, взрослея, стоит убивать в себе все непохожее и оригинальное, что заложено в каждом Богом (Природой)?

Дети даны нам для того, чтобы не позабыть Бога в себе.

Как эти красивые слова реализовать в жизни?

Замечать и развивать своеобразие наших детей. Не бояться того, что Ваш ребенок не во всем похож на Вас, что он поступает по-своему, ведет себя не так, как кажется правильным Вам, а так, как представляется нужным ему.

Парень, который пишет маме записку высокопарным стилем, или девочка, видящая в полутора мандаринах 540 градусов, пугают, а иногда и раздражают.

У грандиозного писателя Григория Горина есть замечательный рассказ «Ежик» про мальчика, который поменял лотерейный билет, выигравший холодильник, на живого ежа.

С точки зрения взрослого, холодильник, конечно, полезней. С точки зрения ребенка, ежик нужней, потому что он — живой.

Рассказ Горина закачивается тем, что папа с ужасом понимает: ему уже никогда не вернуть того времени, когда с легкостью меняют холодильник на ежика.

Горин — очень мудрый писатель. Он описывает самую правильную отцовскую реакцию: ребенок заставляет взрослого задуматься о том, что в жизни упущено что-то важное.

Всегда ли мы умеем так поступать? Или своеобразные, неординарные поступки и даже высказывания детей нас в лучшем случае умиляют, в худшем — раздражают, но практически никогда не заставляют нас задуматься о самих себе?

Ребенок может многому нас научить. В частности, не бояться быть не таким, как все. Не бояться себя.

Тут происходит такой взаимный процесс:

стараясь сохранить в ребенке его своеобразие, мы тем самым волей-неволей храним и собственную индивидуальность.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Это задание скорее могло бы называться «Вы и Вы», потому что оно относится сугубо к Вам, родителю.

Вспомните прошедший день, два, три... Принимали ли Вы какое-либо решение, касающееся лично Вас, или Вашего коллектива, или жизни семьи, ребенка единолично, то есть так, как казалось верным именно Вам?

Когда Вы в последний раз настаивали на том или ином решении, за которое готовы были нести ответственность?

Если не сможете вспомнить, значит Вы боитесь принимать собственные решения, предпочитаете «находиться в толпе».

Я не буду утверждать, что это плохо. В конце концов это Ваш выбор.

Но если Вашему чаду от 3 до 15 лет, Вам непременно надо всерьез проанализировать: не уничтожаете ли Вы подобным отношением к жизни своеобразие Вашего ребенка? Не причесываете ли Вы его под одну гребенку со всеми? Позволяете ли Вы развиваться его таланту?

Здравствуй, толпа! До свиданья, толпа!

Всегда, когда я говорю о том, что в детях надо поддерживать их уникальность, что сама по себе эта поддержка позволяет родителям возродить в себе все то подлинное, что уничтожается взрослой жизнью, меня спрашивают:

— Разве вы не понимаете, что оригинальному, ни на кого не похожему человеку всегда жить тяжелей, чем тому, кто умеет слиться с толпой?

Это очень хороший вопрос. По сути, у родителей всегда есть выбор, и этот выбор — серьезная проверка для нас.

В чем же он состоит?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Часто ли Вы анализируете свое чадо? Не восторгаетесь им, а вот именно пытаетесь понять: что ему нравится, а что нет;

к чему лежит его душа, а что отторгает; что доставляет ему самую большую радость, а что — печаль...

Иногда имеет смысл остановить свой бег по жизни, чтобы задуматься над этими и подобными вопросами. Если не делать этого, то родитель становится подобен слепцу, который ведет свое чадо по неясной дороге к неведомой цели.

Именно желание анализировать своего ребенка и отличает осознанных родителей от тех, кто воспитывает походя и/или ограничивает общение с детьми навязыванием собственного опыта.

Я уже вспоминал великого Песталоцци, который назвал свой метод воспитания методом природосоответствия. Он считал, что главная задача родителей состоит в том, чтобы развить в своем чаде то, что заложено Богом (Природой).

Такой подход ведет к тому, что ребенок вырастет своеобразным человеком, познавая и радости, и печали непохожести на других людей. И печали здесь не стоит бояться. Да, иногда бывает грустно осознавать, что мы все — разные. Но в этом есть и радость. И об этом надо обязательно с ребенком говорить.

Иной подход, который, конечно же, куда более распространен: родители сами знают, что нужно их дитяти, плохому не научат, а его задача — слушаться.

Повторяю: это выбор. Желательно делать его осознанно.

Отдаем мы себе в этом отчет или нет, но в воспитании ребенка мы всегда идем или первым, или вторым путем.

Либо хотим сохранить своеобразие своего чада, его самость и непохожесть.

Либо, понимая, что это принесет сложности в жизни, хотим из заложенного в него Богом (Природой) уничтожить то, что отличает его от других людей и может помешать беспрепятственному движению в толпе.

А перемешивать два этих подхода нельзя?

Они перемешиваются, конечно. Но что для нас важнее: настоять на собственном взгляде или хотя бы попробовать осознать взгляд ребенка?

В чем, наконец, состоит наша родительская поддержка: в том, что мы говорим ребенку: «Будь как все! Тебе так жить будет проще», или в том, что мы поддерживаем уникальность своего чада, понимая, что так ему будет жить, может быть, и сложнее, но интересней?

Свобода — это выбор

Родители делятся в том числе и на тех, кто идет к своему чаду с ответами, и тех, кто идет к нему с вопросами.

То есть на тех, кто настаивает на собственной точке зрения: ты должен делать так-то и так-то, потому что так принято, так лучше и так тебе будет спокойней и, наконец, потому что мой опыт подсказывает — надо жить именно так.

И тех, кто пытается понять, почему ребенок поступает так или иначе, не навязывая свой опыт, предоставляя возможность ребенку обрести собственный.

Дочь одной моей знакомой, окончив университет, решила работать продавцом в большом московском универмаге.

Все друзья и приятели требовали от мамы запретить подобный бред! «Ради чего она училась четыре года и овладевала сложными науками?» — вопрошали они.

Мудрая мама не торопилась. Она поговорила с дочкой. Выяснялось, что девушка всерьез хочет заниматься модой, стать менеджером, а потом и представителем серьезной западной сети магазинов. А путь к этому лежит через работу продавца. Кроме того, девушка хотела работать с людьми. Ей это было очень интересно.

Мама поддержала дочь.

Сегодня девушка — счастливый человек, который занимается любимым делом.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте в течение дня-двух проанализировать, какие вопросы Вы задаете своему ребенку.

Конечно, большинство из них — практические: «Где мои тапочки?» и «Как дела в школе?» Мы их в расчет не берем.

Много ли Вы задаете вопросов сущностных, раскрывающих Вашего ребенка, позволяющих лучше понять его?

Если выяснится, что таких вопросов совсем мало, то как Вы собираетесь научиться понимать свое чадо?

Я не буду спорить о том, лучше жить человеку свободному или рабу толпы. Понятно, мне кажется, что свободному лучше.

Главное: с маленьким человеком эту проблему нужно обсуждать, говорить о ней, постараться сделать так, чтобы выбор —

жить самостоятельно и свободно или всегда подчиняться мнению большинства — ребенок сделал сам. Пусть и с Вашей помощью. Но сам.

И последнее.

Мы много говорили в этой книге и еще будем говорить о великом психологе и человеке Викторе Франкле.

Вот какой рассказ сочинил он в 13 (!) лет.

Некий человек придумал лекарство, благодаря которому люди страшно умнели. Фармацевты бросились разыскивать автора невероятного снадобья, потому что, приняв собственное лекарство, изобретатель так поумнел, что удалился в глухой лес и занялся самосозерцанием, решив, что это самое интересное занятие на свете.

Своеобразный взгляд на жизнь, не так ли?

Родители не убивали во Франкле этого своеобразия, поддерживали его, благодаря чему он не только стал гением психологии, но и выдержал ужас фашистских концлагерей, выбрав в них абсолютно отдельный, своеобразный стиль поведения.

Человек, который с детства понимал: умный — это тот, кто способен выбрать собственное поведение, сумел и в лагере остаться максимально свободным.

Станет ли эта история для Вас образцом или Вы сочтете, что гении — не пример для подражания, решать Вам.

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

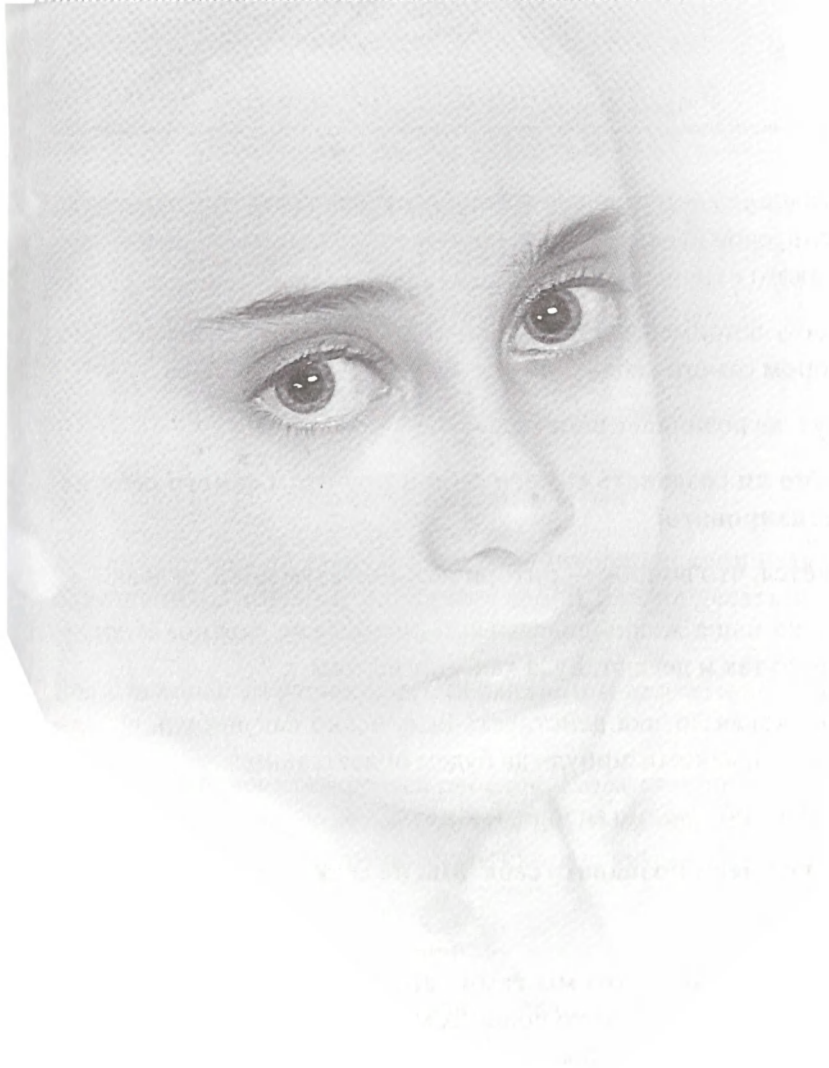
ЛЮБОВЬ —

ВСЕГДА ЛЮБОВЬ

Главный герой этой части — Любовь.

Хотелось бы, чтобы она была именно такой — с большой буквы. Хотя, увы, бывает и с маленькой — и когда речь идет о любви (Любви?) родителей, и когда — о любви (Любви?) папы и мамы к своему дитяти. И даже когда мы рассуждаем о любви (Любви?) человека к самому себе.

Но начнем мы с того, о чем говорить не очень принято в принципе и о чем мы вовсе забываем, когда речь идет о воспитании. Я имею в виду самоанализ.



ГЛАВА 9

СТРОИТЬ, НЕ АНАЛИЗИРУЯ

Самоанализ — пугающее слово. Оно представляется нам невероятно сложным, научным, короче говоря, не имеющим к нам никакого отношения.

Но вот, например, великий Жан-Поль Сартр называл человека автором самого себя.

И тут же возникает вопрос:

можно ли создавать самого себя и при этом самого себя не анализировать?

Кажется, что вопрос — риторический. Разумеется, нельзя.

Однако наша жизнь доказывает: очень даже можно. Многие именно так и делают. Куда как многие, увы...

Здесь какая логика действует? Ведь всяко как-нибудь да построишься, какими-нибудь да будем обязательно.

Так мы, собственно говоря, и живем.

Мы не умеем познавать себя. Мы не хотим познавать себя.

Почему?

Отчасти потому, что мы сами себе неинтересны. Нам привычно познавать что-то новое. А мы — старое, мы давно сами с собой знакомы. С какой стати вдруг интерес к самому себе проявлять?

Отчасти потому, что мы не ощущаем необходимости в самоанализе. Жили же без этого — и дальше проживем.

В немалой степени мы не любим анализировать себя еще и потому, что в привычной нам системе координат размышлять о самом себе попросту неловко.

Мы живем в стране, где испокон веку не государство служит человеку, а человек — государству. Большинство людей привыкли ощущать себя маленькими и ничтожными. С детства нам внушают философию, которая утверждает, что «я» — последняя буква алфавита.

До самоанализа ли тут?

Ребенок как аналитик

Анализировать ли самого себя, свои поступки, свои взаимоотношения с другими и с самим собой или не делать всего этого — личное дело каждого человека.

Если человек не хочет жить осознанно — это его дело, его право, наконец.

Но вот у человека рождается ребенок. Может ли нормальный родитель жить неосознанно, то есть не думая над тем, как его поступки, взаимоотношения с другими и с самим собой влияют на его дитя?

Ответ, на мой взгляд, очевиден:

любое воспитание бессмысленно, если его осуществляет не осознающий себя человек, иными словами — родитель, не думающий о том, как он влияет на своих детей.

Самоанализ — сложная наука, которой посвящены едва ли не тома литературы. Поэтому сама мысль о его необходимости, возможно, пугает Вас.

Не бойтесь.

Для начала давайте договоримся о двух важнейших принципах.

Первый.

Вы понимаете необходимость самоанализа. Для Вас очевидно: Вы влияете на ребенка решающим образом. Поэтому необходимо созидать себя, что невозможно без самоанализа.

Второй.

Главным критерием любого Вашего поступка — повторяю: любого, а не только того, что совершен непосредственно в отношении ребенка, — должен стать следующий: как отреагирует на него Ваше чадо.

Конечно, этот критерий не единственный, но он обладает одним безусловно важным качеством: этот критерий — понятный. А значит, с его помощью можно себя анализировать.

Предположим, Вы должны совершить на работе некоторый поступок, который кажется Вам неблагоприятным, а то и подлым. Зато полезным — с его помощью Вы сделаете некоторый карьерный шаг. При желании не так трудно отыскать аргументы, которые его оправдают, не так ли?

А если подумать (а лучше обсудить вслух с самим собой): захотите ли Вы рассказать о нем своим детям? А если расскажете, поймут ли они Вас, одобрят?

Вот Вам и самоанализ.

Давайте рассмотрим еще один пример, связанный непосредственно с Вашим чадом.

Предположим, Вы хотите убедить ребенка выбрать не ту профессию, которая ему нравится, а ту, в которой Вы можете ему помочь, то есть настаиваете на том, чтобы Ваше дитя продолжило Ваше ремесло.

Почему Вы так делаете? Потому что так Вам будет спокойнее, а значит, легче.

Правильно Вы поступаете или нет?

А что думает об этом Ваш ребенок? Учили ли Вы его мнение?

Нет? Получается, что Вы — диктатор, а не друг. А это сомнительная форма взаимоотношений со своим сыном или дочерью.

Ребенок является Вашим аналитиком самим фактом своего существования.

А если для человека мнение его сына или дочери не имеет никакого значения: мол, мал еще свое мнение иметь?

Если Вас не волнует мнение самого близкого для Вас человека и Вы всерьез считаете, что он недостоин его иметь, то Вас остается только пожалеть: Вы, увы, не понимаете, что пройдет совсем немного времени — и Ваш ребенок будет относиться к Вашему мнению ровно так же, как Вы к его...

Вы кто?

В течение довольно длительного времени я проводил опрос. Людям самых разных профессий, возрастов, национальностей я задавал один и тот же вопрос: «Кто Вы?» Согласитесь, вопрос немаловажный для осознания самого себя.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте быстро и не задумываясь ответить на вопрос:
«Кто Вы?»

Вы скажете о себе: «Я — человек?» или «Я — Саша (Петя, Маша, Ирина)»?

Или, может быть, я — христианин? Я — руководитель? Я — россиянин?

«Вопрос понятный. Ответил. Однако какое отношение этот вопрос имеет к моему ребенку?» — возможно, спросите Вы.

Не торопитесь. В следующем практическом задании Вы все узнаете.

Точной статистики ответов я не вел. Меня интересовала тенденция, тем более выявилась она довольно быстро.

Самый популярный ответ, без сомнения: «Я — человек».

На втором месте: «Я — Маша (Саша, Петя и т. д.).

Ответ через должность: «Я — инженер», «Я — телеведущий» — оказался гораздо популярнее, чем через веру: «Я — христианин», «Я — иудей», «Я — мусульманин».

Кстати, мусульмане идентифицируют себя через веру чаще, нежели представители иных конфессий.

Не было ни одного ответа: «Я — папа» или «Я — мама». Ни одного.

Я говорил с людьми о том, почему они идентифицируют себя так или иначе, и очень скоро понял:

люди говорят не о том, какими они себя видят, а о том, какими бы они хотели, чтобы их видели окружающие.

Именно поэтому самый популярный ответ: «Я — человек». Нашим людям катастрофически не хватает того, чтобы в них

видели именно человека. Чтобы начальники любого уровня имели в виду наши человеческие желания и пристрастия.

Ответ: «Я — Маша (Даша, Саша, Ириша, Миша и т. д.)» — про то же: про потребность увидеть в каждом человеческое.

Когда человек утверждает: «Я — мусульманин», он хочет, чтобы люди в первую очередь обратили внимание на то, что он приверженец этой веры.

Когда кто-то (редко, но было) гордо заявляет: «Я — главный инженер», он мечтает, чтобы в нем оценили начальника.

Характерно, что ответ: «Я — женщина», как правило, принадлежит одиноким женщинам, то есть тем, кому жизненно необходимо, чтобы в них разглядели именно представительниц прекрасного пола.

Люди идентифицируют себя так, как они хотели бы, чтобы это делали окружающие.

Возможно, ответ на этот простой вопрос поможет Вам не только задуматься над тем, почему ту или иную собственную идентификацию Вы считаете главной, но и понять, какого отношения от окружающих Вам не хватает.

Английский писатель Джеймс Аллен заметил: «Мы являемся такими, какими себя представляем»¹.

Очень точные слова! Большинство из нас не строит самих себя, не занимается самоанализом. У нас есть некоторое представление о том, какие мы, и мы изо всех сил стараемся ему соответствовать.

¹ Аллен Д. Человек мыслящий. — Минск: Попурри, 2012. С. 9.

От окружающих мы ждем, чтобы они укрепили наше представление о самих себе.

И тут у нас рождается ребенок. Наше зеркало с рентгеном.

Из просто человека (начальника, мусульманина, Саши-Маши) мы превращаемся в родителя.

Созидаешь себя — созидаешь ребенка

А кто такой родитель?

Родитель — это тот, кто воспитывает другого человека собой.

И теперь уже важно не то, какими мы сами себя видим и какой взгляд на самих себя ищем у окружающих, а то, какими видит нас ребенок.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Вы помните результаты первого задания этой главы и то, как именно Вы идентифицировали себя?

Не забыли, думаю, и Ваш вопрос: «При чем тут ребенок?»

Сейчас разберемся.

Теперь спросите у Вашего чада: «Кто Вы?»

Почти на 100 % могу гарантировать, что он ответит: «Мама (или папа)».

А теперь сравните свой ответ и его.

Строите ли Вы себя как родителя? Анализируете ли Вы себя именно с этой позиции?

Не получается ли так, что, стараясь изо всех сил соответствовать собственным представлениям о самом себе, Вы совершенно игнорируете то, каким Вас хочет видеть Ваш ребенок?

Любой родитель убежден, что главный родительский долг — ребенка одевать, кормить, учить, по возможности воспитывать.

Это не так?

Это так лишь отчасти.

Если родитель воспитывает собой, своим примером, значит его первейший долг — стать таким человеком, у которого ребенок сможет учиться именно тому, чему Вы хотите его научить.

Когда человек не занимается самоанализом и строительством себя, это его личное дело и его личный выбор.

Когда родитель не занимается самоанализом и строительством себя, это отражается не только на нем, но и на его чаде. Причем отражается самым решающим образом.

Собственно, вся эта книга, в сущности, посвящена тому, какие себе задавать вопросы и как переделывать себя, чтобы влиять на детей благотворно.

Американский психолог Шими Канг, воспитывая троих детей, на своем примере показывает те изменения, которые помогут родителю стать осознанным.

Канг решила: для того чтобы стать хорошей матерью, ей необходимо сделать три важнейших шага.

- «1. Я должна научиться распознавать свои истинные намерения и желания.
2. Я должна наставлять и направлять, а не инструктировать.
3. Я должна делать это искренно, то есть мне нужно осознать свои ценности и следовать им, несмотря ни на что»¹.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Прочитайте, пожалуйста, внимательно о тех шагах в самоформировании матери, которые предлагает делать Канг.

Знаете ли Вы свои истинные намерения и желания? А может быть, Вы их знаете, но боитесь в этом себе признаться? Почему?

Видите ли Вы разницу между наставлениями и инструктированием? Понимаете ли Вы, что, направляя ребенка, Вы стараетесь помочь ему, *посоветовать*, не покушаясь на его свободу, а инструктируя — *приказываете*, то есть принимаете решения за него?

Знаете ли Вы, что является для Вас самым ценным в воспитании ребенка? Думаете ли Вы об этом?

Возможно, у Вас есть иные приоритеты в самоформировании как родителя. Каковы они? Осознаете ли Вы их?

Что сделала Шими Канг?

¹ Канг Ш. Путь дельфина. Как вырастить счастливых и успешных детей, не превращаясь в мать-«тигрицу». — М.: Альпина нон-фикшн, 2015. С. 120.

Сначала проанализировала себя, поняла, чего ей не хватает, чтобы правильно строить отношения со своими детьми. Выбрала приоритеты. И начала работать над собой, чтобы развивать те качества, которые, на ее взгляд, необходимы матери, чтобы благотворно влиять на детей.

Влиять — отражаться в зеркале ребенка

Ко мне на консультацию пришла женщина, назовем ее Зинаида.

У Зинаиды проблемы с двадцатилетним сыном. Нарушен контакт. Нет доверия. Зинаида чувствует, что совершенно неинтересна ему.

Ей сорока два года. На ней коричневый свитерок и такая же юбка.

Выглядит лет на десять старше. У нее лицо измученного человека, хотя Зинаида не работает — зарплаты мужа хватает. Отношения с мужем хорошие, и вообще каких-то серьезных проблем — материальных или семейных — нет.

По ходу разговора выясняется, что работа, которую она бросила, была любимой, но она бросила ее, поддавшись минутному импульсу, о чем сейчас сожалеет.

Зинаида пришла для того, чтобы выяснить, как наладить контакт с сыном. По ходу нашей беседы женщина проанализировала себя, поняла, как она выглядит в глазах собственного ребенка. Выяснилось, что для налаживания контакта женщине в первую очередь надо меняться самой.

Сыну с ней неинтересно. И честно говоря, его можно понять. Мама похоронила себя в домашних заботах.

Молодой человек видит перед собой уставшего, пессимистично настроенного человека. Он любит маму. Но налаживать с ней контакт ему чрезвычайно тяжело.

Не сразу, конечно, но все-таки Зинаида сама осознала этот странный, казалось бы, парадокс: если она выйдет на работу, то ее отношения с сыном могут улучшиться!

Если отношения с ребенком нарушились, имеет смысл в первую очередь оглянуться на самого себя, понять, что надо изменить в самом себе, дабы подружиться со своим сыном или дочерью.

Любовь просто так не дается

Очень часто родители убеждены, что дети обязаны их любить по определению. Мол, тебя родили, и ты теперь, будь любезен, люби папу и маму.

Увы, эта логика не работает.

В этой части книги мы много будем говорить о любви — и к самому себе, и к своей второй половине, и к ребенку. Конечно, любовь — это тайна, к разгадке которой можно только приблизиться, но понять ее до конца невозможно.

Любовь — этот Дар Божий — просто так не дается никогда. Рассуждаем ли мы о любви между папой и мамой или о любви мамы к своему чаду.

Главная задача родителей — подружиться со своим ребенком.

Что необходимо в дружбе?

Понимать другого человека, анализировать его подлинные потребности и устремления.

Понимать и анализировать самого себя. Ни в коем случае не заигрывать с ребенком (в дружбе, как известно, это не работает), а понимать, что ты можешь в себе изменить, чтобы ребенку с тобой стало интересней.

Ребенок хочет видеть в родителе интересного человека, который его понимает.

Наша задача — постараться стать такими. Задача эта, согласитесь, вполне выполнима.

И последнее.

Снова обращаюсь к Виктору Франклу, в работах которого я прочел удивительную мысль:

«Живи так, словно живешь уже во второй раз и при первой попытке испортил все, что только можно испортить»¹.

Отлично сказано, не так ли?

Анализировать и переделывать самого себя ради ребенка — это не некое тяжелое и мучительное занятие, а радостное преобразование по подсказке любимого человека.

Ребенок — это радость.

Давайте постараемся никогда не забывать этот принцип психо-философской педагогики.

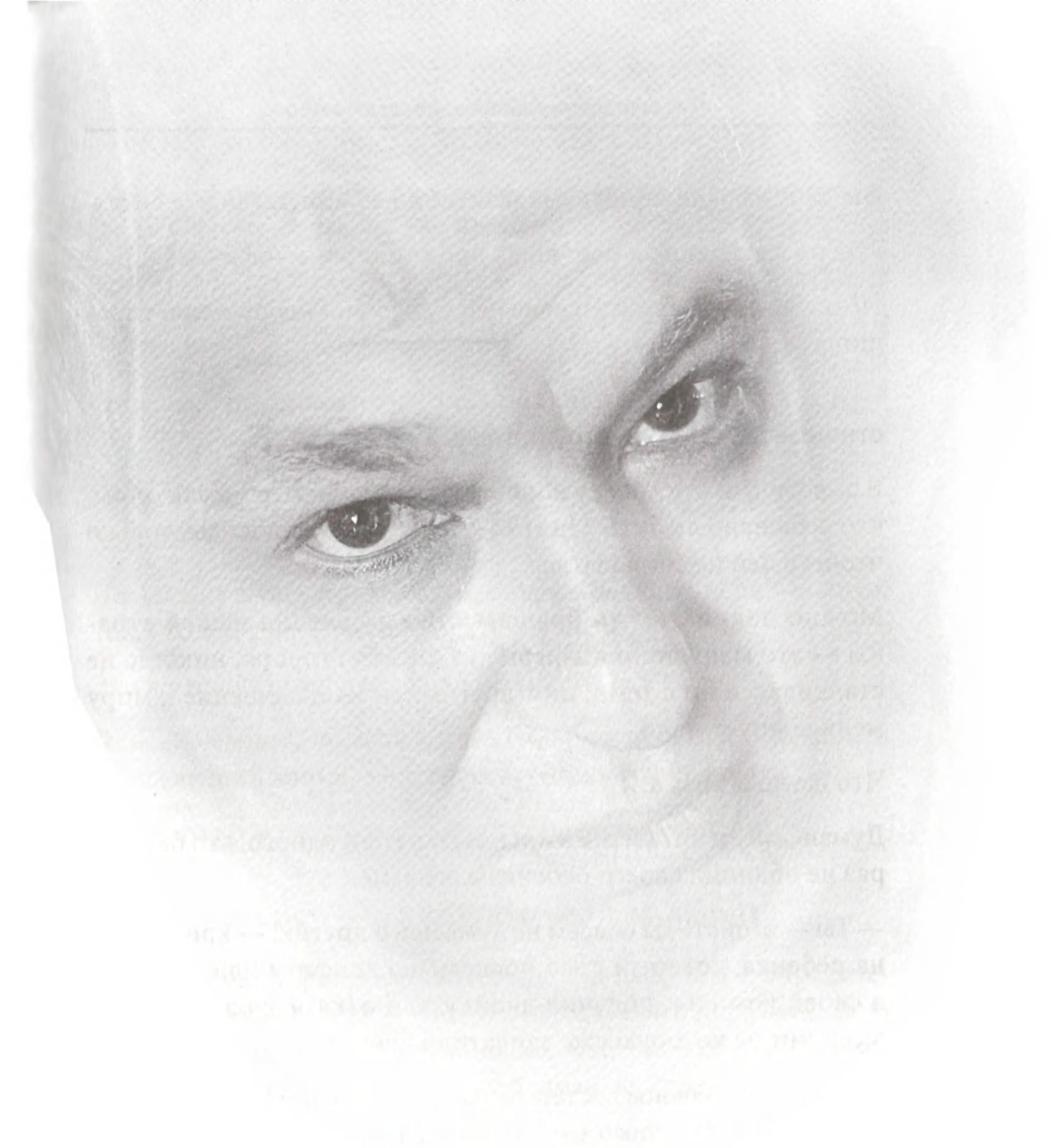
Переделывать себя нужно, не только любя ребенка, но и любя самого себя.

¹ Франкл В. Воспоминания. — М.: Альпина нон-фикшн, 2015. С. 170.

О любви к себе мы говорить как-то очень стесняемся. Между тем если родители не умеют себя любить, то, скорее всего, не будет себя любить и их ребенок.

Что такое любовь к самому себе? Чем отличается она от эгоизма?

Об этом стоит поговорить отдельно.



ГЛАВА 10

НАДО ЛИ СЕБЯ ЛЮБИТЬ?

Вы не настолько плохи, чтобы себя не любить, —

утверждает один из основных принципов психофилософии.

Но когда я говорю об этом на лекциях, меня непременно спрашивают:

— А как же киллеры или маньяки? Или плохие, глубоко эгоистичные люди? Они, что ли, тоже хорошие?

Я заметил, что человеку вообще трудно принять мысль о том, что себя надо любить. Он готов искать любые доводы, только чтобы с ней не соглашаться.

Можно подумать, что большинство населения нашей страны — это маньяки и киллеры... Я, честно говоря, никогда не сталкивался ни с теми, ни с другими, и их отношение к миру меня волнует мало.

Что же до эгоизма...

Думаю, среди читателей этой книги нет ни одного, кто бы хоть раз не обвинил своего ребенка в эгоизме.

— Ты — эгоист! Ты совсем не думаешь о других! — кричим мы на ребенка, который съел последнюю конфету или не убрал в своей комнате, получил двойку или отказался заниматься в секции, за которую уже заплатили деньги.

В результате ребенок растет, твердо понимая: все, что не нравится родителям, продиктовано только и исключительно эгоизмом.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Часто ли Вы называете своего ребенка эгоистом? За какие именно проступки?

Убеждены ли Вы, что у Вас есть четкие критерии эгоизма и Вы используете именно их, оценивая свое чадо?

Не возникает ли такая ситуация, когда эгоистичным мы называем любое поведение ребенка, которое нам не нравится?

Что такое эгоизм?

Каждый ответит: любовь к себе.

Поскольку эгоизм — это плохо, значит, любить себя — плохо. Так, что ли?

Это же получается: себя надо не любить?

Однако человек, не любящий себя, вряд ли сможет полюбить окружающий мир и, в частности, — своего ребенка.

Какое-то во всем этом есть противоречие, не так ли?

Эгоист — это тот, кто себя не любит

Американский философ Питер Шварц дает такое определение эгоизма: «Эгоист — это тот, кто стремится сделать свою жизнь лучше». И тут же спрашивает: «Как быть со всеми этими людьми, которые живут обычной жизнью, стремясь украсить ее плодами своего труда *без всякого ущерба* для окружающих (выделено мной. — А. М.)?»¹

В нашем восприятии эгоист — это тот, кто думает только о себе и имеет в виду только собственные устремления и цели.

¹ Шварц П. В защиту эгоизма. Почему не стоит жертвовать собой ради других. — М.: Альпина Паблишер, 2015. С. 27.

Считая так, мы как-то даже не замечаем, что эти два вывода противоречат друг другу.

1. Эгоист — это тот, кто думает только о себе,
2. Эгоист имеет в виду только собственные устремления и цели.

Заметили противоречие?

Ну как же!

Если человек всерьез думает о себе, он не может иметь в виду лишь собственные устремления и цели.

Так поступают очень глупые люди, которые прямой дорогой идут к одиночеству и невозможности сосуществования с другими людьми.

Ведь любой мало-мальски разумный человек прекрасно осознает: невозможно добиться своей цели, если вовсе не замечать других людей, их потребности и устремления.

Мы говорили о том, что ученые, определяя четыре навыка, необходимые для того, чтобы состояться в наше время, пришли к выводу, что два из них имеют прямое отношение к умению общаться. Это умение контактировать с людьми и навык командной работы.

Получается, что эгоист — это человек, который хочет существовать в нашем мире проблемно и сложно.

Разве можно при этом говорить, что он любит себя?

Как ни крути, но получается, что

эгоист — это человек, который категорически себя НЕ любит. Тот, кто вообще не видит окружающих, мало того, что ведет

себя попросту глупо, так еще и просто безумно в отношении себя самого.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Часто ли Вы называете эгоистом своего мужа (жену)?

Вы называете его (ее) эгоистом чаще, чем ребенка? Почему?

Называете ли Вы эгоистом мужа (жену), если он (она) делает ровно то же самое, что и ребенок?

Отличаются ли критерии, по которым Вы определяете эгоизм детей, от тех, по которым Вы определяете эгоизм взрослых?

Мой опыт подсказывает, что чаще всего они отличаются. Как Вам представляется: почему так происходит?

Любить себя — любить других

Любить себя — это вовсе не означает презирать всех остальных. И тут прав Питер Шварц: очень часто (если не чаще всего) мы можем любить себя безо всякого ущерба для окружающих.

Любить себя — это значит еще и любить других людей, без которых любовь к себе будет неполноценна и ущербна.

Едва ли не каждому, кто приходит ко мне со своими проблемами, я говорю:

— Уверяю Вас, Вы лучше, чем сами о себе думаете.

Я не назову ни одного случая, чтобы человек, у которого возникли проблемы, связанные со взаимоотношениями с самим собой или с миром, признался бы мне:

— Ну что вы... Я прекрасно к себе отношусь. Я люблю себя и уважаю.

Нелюбовь к себе, неуважение к себе ведет к психологическим проблемам, часто — к фрустрации и неврозам.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

А теперь попробуйте понять: часто ли Вы считаете эгоистом самого себя?

По каким критериям Вы оцениваете собственный эгоизм? Отличаются ли они от тех критериев, по которым Вы оцениваете близких людей, в частности — детей?

Если эгоизм не является Вашей проблемой, почему Вы решили, что он является проблемой Вашего ребенка? Откуда Ваше чадо могло научиться эгоизму, если не от Вас?

Так может быть, «эгоист» — это просто ярлык, который мы навешиваем на свое чадо, когда нам не хочется разбираться в тех подлинных проблемах, которые есть у нашего ребенка?

Любить себя — строить свою реальность

Задайте вопрос самому себе: «Видит ли Ваш ребенок перед собой человека, который себя любит и уважает?»

Конечно, в любви к себе надо знать меру. Многие гении ее не знали. Ньютон, например, был готов физически убить каждого,

кто критиковал его произведения. А знаменитый итальянский физик и философ Джероламо Кардано писал о самом себе: «Природа моя выше обыкновенной человеческой субстанции и приближается к бессмертным духам»¹.

Самолюбование — это, конечно, весьма печальное качество, хотя и свойственное многим гениям. И Блок писал в дневнике: «Сегодня я — гений», и Пушкин: «Ай да Пушкин, ай да сукин сын!»

Простим гениям их причуды. Мы о другом.

Какое конкретное отношение к жизни диктует нам любовь к себе? Мы говорим, конечно, не об истеричном самолюбовании, но о спокойной, достойной любви.

Может быть, любящий себя человек должен действовать по принципу, который в свое время шутливо продекларировал Михаил Жванецкий: «Надо говорить о себе хорошо. Источник информации забудется, информация останется»?

Разумеется, нет.

Плевать на окружающих? Двигаться вперед с настойчивостью и целеустремленностью, видя окружающих лишь в маленькую смотровую щель, чтобы при первой возможности расстрелять?

Такой стиль поведения бессмыслен и проку человеку не принесет.

Любить себя — значит иметь волю жить сообразно собственным желаниям, значит самому строить реальность своей жизни, а не подчиняться обстоятельствам.

¹ Цит. по: Ломброзо Ч. Гениальность и помешательство. Женщина преступница и проститутка. Любовь у помешанных. — Минск: Попурри, 2014. С. 229.

Что означает жить сообразно своим желаниям?

Напомню, что, когда мы говорим о желании, мы ни в коей мере не имеем в виду прихоть.

Прихоть — это «неплохо бы», некоторая мечта, то, что, конечно, приятно, но без чего в принципе можно обойтись.

Желание — это то, без исполнения чего или хотя бы без попытки исполнения чего человек жить не сможет.

Вот именно воля жить сообразно таким желаниям и является основным действием, которое диктует любовь человека к себе.

Любящий себя человек слышит свои подлинные желания — делать то или иное дело; жить с тем человеком, которого любишь; общаться с определенными людьми; воспитывать детей так, как хочется нам, а не иначе, — и старается следовать им.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Известны ли Вам желания Вашего ребенка?

Подчеркиваю: не прихоти, не мечты, а именно конкретные, важные, сущностные желания?

Если Вы не знаете подлинные устремления своего ребенка, значит Вы его не знаете.

Если Вы знаете желания своего ребенка, то, как Вам кажется, что мешает ему в их исполнении и в чем Вы, родители, можете ему помочь?

Если Вы знаете желания своего ребенка, не боитесь их, а помогаете их воплощению, значит у Вас в доме растет счастливый человек.

Любить себя — быть свободным

Поскольку психофилософия определяет свободу как умение жить сообразно собственным желаниям, то не будет большим преувеличением заметить: человек, который любит себя, — это свободный человек.

Кого видит Ваш ребенок перед собой ежедневно?

Родителя, который любит себя, имеет в виду собственные устремления, сам строит собственную реальность, другими словами — свободного человека, или того, кто плывет по течению жизни, чаще всего сам же от этого и страдая?

Конечно, было бы неверно утверждать, что свободные дети вырастают только у тех родителей, которые умеют жить свободно. Случается, что пример несвободных родителей подвигает ребенка к тому, чтобы стать другим, научиться прислушиваться к себе самому и своим собственным желаниям.

Но

подружиться со своим ребенком проще тем родителям, которые не игнорируют собственные желания и стараются жить свободно.

Почему?

Если мы исходим из принципа психофилософии «младенец — это эталон человека, потому что он абсолютно свободен», значит наши дети начинали общение с нами как совершенно свободные люди, руководимые только собственными желаниями.

Социальная жизнь, понятно, притушила эти устремления, и чем старше становятся дети, тем воздействие социума на них, понятно, сильнее.

Но тяга-то (подсознательная или осознанная) к себе свободному у ребенка осталась! Не могла не остаться!

Потому так восторгаются дети свободными людьми, потому так ценят ощущение свободы у своих родителей.

И это хорошо бы понимать, когда Вы думаете о том, как подружиться со своим ребенком.

Любить себя — строить позитивный пример для детей

Почему мы не даем своим детям расти свободными? Почему мы бесконечно делаем им замечания, указываем, как и куда жить? Почему в результате наши дети часто такие задерганные?

Потому что слушать, понимать и разбираться в желаниях детей, учиться вместе с ними отделять желание от прихоти куда сложнее, чем бесконечно указывать им на то, что надо делать.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Посчитайте, сколько раз в течение дня Вы задавали своему ребенку вопросы, связанные с житейскими ситуациями, позволяя ему самому принять решение.

«Считаешь ли ты, что пора идти делать уроки?», «Может быть, ты проголодался и хочешь поесть?», «Не кажется ли тебе, что если ты погуляешь с собакой (покормишь кота), она (он) скажет тебе спасибо?» И так далее.

И сколько раз Вы указывали ему на то, что необходимо делать, считая даже самые незначительные «приказы» вроде «почисти зубы» или «убери постель».

Увы, как правило, указаний бывает значительно больше, чем вопросов.

По соотношению вопросов и указаний Вы легко поймете: у Вас растет свободный человек или тот, кто привык жить под чужую диктовку

Родители, которые приходят ко мне на консультацию, очень часто сетуют на то, что их дети не умеют проявить себя, что они несамостоятельны и инфантильны.

Никогда — подчеркиваю: никогда! — ко мне не приходили родители, которых волнует, что их дети чересчур самостоятельны.

Надеюсь, дорогой читатель, что Вы уже свыклись с мыслью, что дети постоянно, исподволь, но сурово экзаменуют нас, родителей.

В частности, они экзаменуют нас и на то, насколько получается у нас быть хозяевами собственной жизни, то есть жить так, как нам хочется, и в конечном итоге жить счастливо.

Родители подают детям пример. И от нас зависит, будет он негативный или позитивный. Пример людей, которых хочется уважать и с ними дружить, или пример тех, кого хочется только жалеть.

Когда взрослый человек говорит, что у него не сложилась жизнь, чаще всего это означает, что он ее не сложил.

Значит ли это, что ребенок всегда и обязательно не будет уважать и не захочет дружить с таким папой или такой мамой?

Нет, не значит.

Да, такому человеку подружиться со своим чадом сложнее, нежели тому, кто умеет самостоятельно создавать обстоятельства своей жизни.

Но ситуация не безнадежна.

Во-первых, очень важно, как взрослый человек относится к своим жизненным поражениям.

То ли он держится за них, стараясь сохранить лицо. То ли искренне делится с ребенком уроками своих поражений, чтобы тот их не повторял.

Дело в том, что дети ненавидят фальшь и готовы многое простить за искренность.

Дети — не судьи, а учителя.

В судей они превращаются как раз тогда, когда видят (или чувствуют), что родитель с ними неискренен, что он играет, создает образ.

И во-вторых, очень важно, умеет ли родитель видеть в своем ребенке личность, то есть помогает ли он ему расти свободным и осуществлять собственные желания.

Любить себя — уважать ребенка

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте в течение дня или пары дней зафиксировать все указания, которые Вы давали своему чаду.

«Почисти зубы», «сделай тише музыку», «перестань сидеть у компьютера, лучше пойді погуляй», «хватит столько

трепаться по телефону», «иди делай уроки», «пойди вымой руки». И так далее.

Просто сосредоточьтесь на этих замечаниях и запишите их.

В конце дня прочтите. Вам не становится страшно от того, в какой манере Вы говорите с самым дорогим для Вас человеком?

Подумайте: все ли Ваши указания были столь необходимы? Без каких из них вполне можно было бы обойтись?

Вычеркните все те указания, которые явно являются лишними.

Какой процент вычеркнули? 20? 40? А может быть, 60?

Я отдаю себе отчет в том, что это задание непростое. Оно требует серьезной сосредоточенности. Но оно очень важное. Если повторять его не один раз, оно может изменить Ваши отношения с ребенком и довольно серьезно повлиять на Вас.

Есть такая замечательная притча про рассеянного мальчика, который постоянно все терял.

Чтобы с утра было легче все отыскать, он записал на листочке: куртка — на вешалке, ручка — в портфеле, портфель — в шкафу...

Последняя запись была такая: «Я — в постели».

Утром мальчик проснулся, взял записку, все собрал, подошел к кровати и удивленно спросил: «А где же я?»

«А где же я?» — вопрос, который исподволь или напрямую задают наши дети.

И от нас, взрослых, от нашего примера, от нашего отношения к детям зависит ответ.

Либо ты там, где я тебе сказал.

Либо ты там, куда привели тебя твои желания и твои устремления.

Либо ты сам отвечаешь за свой путь. Родители, разумеется, будут рядом, помогут, если надо. Но отвечаешь ты.

Либо за то, что ты делаешь, отвечают только родители.

Либо мы идем от себя.

Либо мы идем от ребенка.

Это не данность. Это всегда родительский выбор.

Удивительно, но и тот и другой выбор совершают люди, уверенные, что любят своих детей.

Поэтому, продолжая разговор о любви, мне кажется важным поговорить о том, что такое эта, казалось бы, абсолютно понятная нам любовь к собственному чаду, какие экзамены она нам устраивает и как формирует нас, родителей.



ГЛАВА 11

ЛЮБОВЬ МЕНЯЕТ ЛЮБЯЩЕГО

Моя предыдущая книга, посвященная проблемам воспитания, называлась *«Родители как враги»*. На многочисленных встречах с читателями меня теперь регулярно спрашивают:

— Вы, наверное, пишете о плохих родителях, о тех, которые не любят своих детей?

— Нет, — отвечаю я. — О таких что писать? Как сказал поэт: «Я такого не хочу даже вставить в книжку». Я как раз о папах и мамах, убежденных в том, что они любят своего ребенка, о тех, кто его кормит, одевает, регулярно контролирует каждый шаг и... уничтожает.

Что это, собственно говоря, значит: любить ребенка?

Однозначного ответа, мне кажется, нет. Однако подумать об этом будет полезно.

Любой родитель на вопрос: «Любите ли Вы своего ребенка?» ответит: «Разумеется! Конечно! Как может быть иначе? Зачем Вы спрашиваете о таких очевидных вещах?»

Но всякий ли понимает, каковы критерии этой любви?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Вы любите своего ребенка?

Убежден, читатель этой книги ответит: «Разумеется»

Очень хорошо.

И ребенок Вас любит?

Замечательно!

А теперь скажите, пожалуйста, как Ваша любовь к своему чаду и его любовь к Вам отражается на Вас? Что конкретно она в Вас изменила?

Мы уже обсуждали в книге подобные вопросы, но они столь важны, что к ним не грех возвращаться и возвращаться.

В связи со сказанным обязательно подумайте еще вот над каким вопросом.

Понятно, что любовь человека непременно его меняет. Только почему-то этот простой факт мы не относим к нашей любви к детям.

Как же изменила Вас Ваша любовь к ребенку? Никак? Так может, и нет на самом деле никакой любви?

Жизнь начинается с любви

Большинство ученых сходятся во мнении: любовь, испытанная ребенком в детстве, — серьезный и крепкий фундамент дальнейшей жизни.

Вот, например, что пишет знаменитый американский психолог Карл Роджерс, один из создателей гуманистической психологии: «Ребенок... начинает себя воспринимать как психологический объект, и одним из самых фундаментальных элементов здесь является восприятие себя как человека, которого любят»¹.

¹ Роджерс К.-Р. Гуманистическая психология: теория и практика. — М.; Воронеж: Московский психолого-социальный университет; Издательский дом Российской академии образования, 2013. С. 345.

Другими словами,

человек должен начинать свою жизнь с ощущения того, что его любят и понимают.

Не воспитывают, не указывают ему, куда жить, а любят и понимают.

Известный психолог, мать троих детей Шефали Тсабари дает очень точный совет: «Если вы понимаете, что нельзя оставить поведение ребенка без внимания и нужно как-то отреагировать, спросите себя: “Что мною движет — мои собственные потребности и неразрешимые внутренние проблемы или желание помочь ребенку?”»¹

Мудро? Безусловно.

Просто так делать?

Теоретически — да, а вот практически...

На самом деле нам ничто не мешает поступать так, как советует Тсабари, мы не задаем себе такой вопрос просто потому, что нам не приходит это в голову.

Если бы родитель приучил себя каждый раз, прежде чем делать ребенку замечания, честно осознавать, движут ли им собственные амбиции или желание помочь своему чаду, это позволило бы маленькому человеку поверить в то, что его любят.

Родительская любовь проявляется не в том, что родители выполняют свои обязанности: кормят, поят, одевают, проверяют домашнее задание... А в том, что они стараются понять ребенка, умеют поставить себя на его место.

¹ Тсабари Ш. Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 359.

Не устану повторять: когда я говорю о необходимости ставить себя на место ребенка, я имею в виду не некий «общетеоретический» вывод, а, если угодно, — вполне конкретную фантазию.

Представить себе себя, стоящим в углу носом в стенку. Представить, как на Вас кричат из-за того, что Вы что-то не сделали. Представить себе, как Вам не разрешают смотреть футбол, потому что завтра рано вставать. Представить, как Вас заставляют есть невкусную еду только потому, что она полезная.

Маменькины сынки — успешные люди

Ученые из Гарвардского университета на протяжении 75 (!) лет отслеживали жизнь 268 выпускников знаменитого вуза. Понятно, что они очень многое выяснили в ходе столь масштабного исследования. Но, в частности, пришли вот к каким выводам.

Мужчины, у которых в детстве были хорошие отношения с мамой, в среднем зарабатывали в год на 87 000 долларов больше, чем те, у кого отношения были плохие.

Речь, понятно, идет о состоявшихся и успешных людях, какими в массе своей и являются выпускники Гарварда.

Понимаете, какая история получается?

Маменькины сынки вырастают более успешными людьми, нежели те, кто не чувствуют материнской любви!

Под маменькиными сынками мы подразумеваем парней, которые живут под мамин диктат, которым их матери не позволяют быть самостоятельными, не дают свободы.

Но для меня маменькин сынок — это человек, который верит своей маме и постоянно ощущает ее защиту.

Вывод ученых из Гарварда я, что называется, проверил на себе. По поводу своей успешности не могу ничего сказать, но то, что я — маменькин сынок, чем горжусь, это безусловно.

У меня была замечательная мама Антонина Николаевна, чью любовь и понимание я чувствовал всегда и продолжаю ощущать даже сейчас, несмотря на то что прошло больше десяти лет с того дня, как она ушла.

Я знал: что бы ни происходило в моей жизни, я всегда буду под маминой защитой. Она всегда меня поймет. А если она станет меня ругать, что бывало, конечно, то всегда за дело, и у меня не будет ощущения несправедливости, я не буду чувствовать себя униженным.

Это ощущение защиты помогало и продолжает мне помогать преодолевать самые разные, самые, казалось бы, непреодолимые препятствия. Помогает принимать решения, казалось бы, нелогичные с точки зрения нормального течения жизни, но очень необходимые мне лично.

Несколько раз я довольно серьезно менял свою жизнь. Например, когда в зрелом возрасте, будучи вполне состоявшимся журналистом, начал заниматься театральной режиссурой. Или когда в еще более зрелом — занялся психологией, несмотря на довольно успешную телевизионную карьеру.

Ничего этого не было бы, если бы не всегдашнее ощущение маминой защиты, если бы не ее мудрые уроки.

Любить — значит защищать

Великий ученый, исследователь морских тайн Жак-Ив Кусто говорил, что люди так устроены: они всегда защищают то, что любят.

Увы, мы очень часто забываем: наш ребенок нуждается в первую очередь не в воспитании, а именно в защите.

Ребенок — это человек, который входит в мир, сулящий опасности, в очень сложную вселенную.

Этот мир может называться миром двора или компьютера, школы или детского сада... Неважно.

Взрослый мир непрост всегда.

В нашей стране он сложен особенно, потому что ни взрослых, ни тем более детей никто особенно в виду не имеет.

Что может помочь нашему любимому чаду в этой нелегкой ситуации?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Конечно, у нас, увы, есть немало неполных семей. И все-таки ребенка воспитывает, как правило, не один человек, а несколько.

Очень важно поговорить с ними о том, как они понимают, что значит любить ребенка.

Пусть Ваша вторая половина, бабушки-дедушки и даже няня, если она есть, попробуют продолжить фразу: «Любить ребенка — значит...»

То, как люди понимают, в чем конкретно должна выражаться любовь к ребенку, решающим образом определяет их отношение к чаду.

С точки зрения психофилософской педагогики главным критерием любви является то, что Вы видите в маленьком человеке личность и стараетесь его понять

Вы можете выработать свой критерий — ради Бога. Главное — постараться договориться, чтобы он был общим для всех, кто занят воспитанием маленького человека

Защищать ребенка — значит понимать его.

Для этого надо видеть в нем человека, а не объект для воспитания.

О том, что значит видеть в ребенке личность, очень точно написала величайший психолог прошлого века Карен Хорни: «Попытки расстроить его (ребенка. — А. М.) дружбу с кем-либо, высмеять проявление независимого мышления, игнорирование его интересов — будь то художественные, спортивные или технические увлечения... такое отношение родителей если и не умышленно, но тем не менее по сути означает ломку воли ребенка»¹.

И еще оно означает отсутствие любви.

Когда мы говорим о любви мужчины и женщины, мы, что называется, априори понимаем, что речь идет о взаимоотношениях двух *равных* партнеров.

Более того, мы прекрасно осознаем, что если такого равного партнерства нет, то о взаимной любви говорить не приходится.

Почему же этот вывод вовсе не имеется в виду, когда речь идет о наших отношениях с детьми?

Почему многие родители убеждены, что любовь к детям вполне себе может быть высокомерной?

¹ Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Новые пути в психоанализе. — СПб.: Питер, 2013. С. 43.

Если отношения со своим чадом строятся по принципу «хозяин — раб», то есть родитель делает все то, что, по мнению Хорни, ломает волю ребенка, невозможно говорить о любви и, соответственно, немыслимо рассуждать о понимании.

Мальчик или девочка, в которых воспитывают философию раба, которых постоянно заставляют подчиняться, растут незащищенными людьми.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если Вашему чаду пять лет и более, задумайтесь и попробуйте проанализировать вот что.

Часто ли Вы обращаетесь к своему ребенку за советом? Часто ли он советует Вам что-либо?

Присутствует ли Ваш ребенок на семейных советах, когда решаются какие-либо важные вопросы, например покупка нового телевизора или то, как и где провести очередной отпуск?

Знает ли ребенок о Вашем материальном положении? В курсе ли он того, каков Ваш семейный бюджет и на что тратятся деньги?

Подумайте: Вы любите свое чадо как человека, как равного или как «зверька», которого надо покормить, напоить и погладить за ушком?

Любовь — всегда любовь

Ко мне не раз на консультацию приходили людей, чью проблему можно сформулировать так:

— Я не понимаю, почему у нас с моей дочерью (сыном) нет контакта. Вроде все ей (ему) даю: кормлю, одеваю, летом — пожалуйста! — на море, даже за двойки сильно не ругаю. А контакта нет. Чего ей (ему) не хватает?

Ответ, как правило, один: понимания.

Ребенок как существо духовное к материальным благам всегда относится с меньшим интересом, чем к духовным. Когда эти приоритеты меняются, это означает, что дитя подросло.

Любое животное защищает свое потомство не с утроенной даже, а с удесятеренной силой.

Я видел кадры документального фильма, где мать-жирафиха вступила в сражение с... львом за своего детеныша. И царь зверей отступил!

Если бы меня спросили: «Какие самые главные изменения происходят в родителе, когда рождается ребенок?», я бы ответил: «Он чувствует свою силу и уверенность».

Ощущение этой силы и уверенности и есть, с моей точки зрения, главный критерий того, что рождение ребенка для Вас — серьезное событие жизни, которое Вас изменило.

Но когда и если эта сила и уверенность появляются, они могут быть направлены на то, чтобы ломать ребенка, — и тогда любви не будет. А могут — на то, чтобы защищать, то есть понимать его, тогда-то и возникает любовь.

Увы, мы часто исходим из того, что любовь, скажем, к жене или мужу — это одно, а любовь к своему ребенку — нечто совершенно иное.

Это не так?

Да, это не так.

Законы любви вообще, как известно, труднопостижимы. Однако некие основы одинаковы всегда.

Например, видеть в партнере равного.

Например, то, что любовь порождает в человеке силу, которая используется не для ломки другого, а для его защиты.

Например, то, что объект любви всегда интересен, влюбленный всегда ощущает необходимость не командовать другим человеком, а понимать его.

Например, знание того, что там, где есть любовь, там есть доверие. Когда речь идет о второй половине, мы стараемся этот принцип не нарушать. А когда речь идет о ребенке? Мы умеем ему доверять? Или нам проще контролировать каждый его шаг?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте проделать с собой такой незамысловатый эксперимент.

Вспомните ощущения, которые Вы испытывали, когда встретили свою вторую половину. Что с Вами происходило тогда? Как любовь изменила Вас? Какие новые качества она в Вас открыла?

Сравните эти ощущения с теми, которые родились в Вас, когда Вы влюбились в собственного ребенка.

Если эти ощущения в целом схожи, значит, скорее всего, то, что Вы испытываете к своему ребенку, — это любовь.

Если они сильно отличаются, то это повод задуматься: а любовь ли Вы испытываете к собственному чаду? И что мешает испытывать именно любовь?

Не забывать «небесный принцип»

Американский психолог Джон Уэлвуд, рассуждая о любви между мужчиной и женщиной, заметил: «Великий парадокс любви заключается в том, что она призывает нас быть полностью верным себе и уважать собственную истину (земной принцип) и в то же время — отказаться от заикленности на себе и отдавать, ничего не придерживая (небесный принцип)»¹.

Если использовать терминологию Уэлвуда, то проблема родительской любви состоит в том, что «небесный принцип», увы, часто отсутствует вовсе.

Родители много думают о том, как оставаться верными себе, своим принципам. И совсем не хотят размышлять о заикленности на себе; о том, что идут к ребенку с ответами, а не с вопросами; о том, что предпочитают внушать ему свои принципы жизни, не очень задумываясь о том, каковы взгляды на жизнь их ребенка.

Когда речь идет именно о том, чтобы увидеть *ребенка*, понять *его*, родители часто вообще не понимают такой постановки вопроса.

Ребенок — это существо, рожденное для родительской любви. Его рождение — это проверка для мам и пап: умеем ли мы любить или мы утратили это умение в социальной суете?

Родители часто не понимают, что с ребенком надо делиться своей душой. В том числе своими переживаниями. В том числе сомнениями.

¹ Уэлвуд Д. Путешествие с сердцем. — М.: Постум, 2015. С. 55.

Когда на консультациях я говорю о том, что с детьми надо делиться всем, мамы часто спрашивают: «А если у меня проблемы с мужем, он же — папа, этим тоже надо делиться?»

У меня нет однозначного ответа на этот вопрос, все зависит от ситуации.

Но чаще всего — да, надо. Проявляя тактичность, не ставя дитя в сложную ситуацию — делиться.

Ведь любовь подразумевает искренность. Если ребенок видит, что у мамы и папы в отношениях что-то не так, наметился некий разлад, но с ним никто этим не делится, то какой он может сделать вывод?

Что ему не доверяют. Что его не считают нормальным. То есть не любят.

Часто родителям кажется, что семейные неурядицы можно скрыть от своего дитяти. Ведь сын или дочь маленькие. Они не понимают.

Это не так?

Это категорически не так.

Родители очень хорошо знают, что ребенку трудно их обмануть, они все чувствуют.

И забывают при этом, что им также тяжело обмануть своего ребенка, он тоже все чувствует. Может быть, не всегда понимает, но чувствует — всегда.

Любовь к ребенку — это не просто инстинктивное чувство, которое рождается вместе с чадом. Она требует изменений во взрослом человеке. Она требует проявлений и действий.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Это задание я позаимствовал из замечательной книги Шефали Тсабари «Дети — зеркало нашего тайного "Я"», к которой я уже не раз обращался.

Оно мне настолько понравилось, что я решил поделиться им с Вами.

«По утрам не заставляйте ребенка сразу же вскакивать и бежать чистить зубы. Посидите с ним несколько минут, чтобы его день начался спокойно и приветливо. Если нужно торопиться и поскорей выйти из дома, то параллельно со сборами пойте с детьми песни, играйте в слова или поспорьте, кто первый сумеет одеться и будет стоять у двери»¹.

Наш разговор о любви к ребенку явно затягивается. И тут не хватит одной главы.

Продолжим в следующей.

¹ Тсабари Ш. Дети — зеркала нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 240.



ГЛАВА 12

ЛЮБИШЬ? СТАНЬ ДРУГИМ!

Итак,

любящий родитель — это тот, кто умеет ставить себя на место ребенка.

Вы ругаете свое чадо за то, что оно принесло двойку?

Отлично. Вспомните, что Вы испытываете, когда Вас ругают за то, что принесли в дом мало денег или приготовили невкусный обед.

Вы ставите ребенка в угол?

Очень хорошо. Представьте себе, что бы испытывали Вы, стоя носом к стене, спиной ко всем.

Вы ругаете свое дитя за то, что поздно ложится?

Прелестно. А что будете испытывать Вы, если муж (жена) начнет гнать Вас спать, когда не доделаны важные дела или не закончен интересный футбольный матч?

Во время одной из моих лекций поднялся мужчина и на полном серьезе задал такой вопрос:

— Когда мой сын приносит из школы тройку, я в воспитательных целях бью его ремнем по заднице три раза, за двойку — шесть, за замечание в дневнике — пять. Я правильно делаю?

— Абсолютно правильно, — ответил я, ловя на себе недоуменные взгляды других слушателей. — Но при одном условии. Если жена сделала невкусный обед — шесть ударов ремнем по мягкому месту, не очень вкусный — три. А если вы принесли меньше денег, чем ожидалось, то четыре удара по тому же месту. Бабушка есть? Отлично. Если она воспитывает внука не так, как Вам кажется верным, — под ремень ее! Тогда все

будет правильно и справедливо: просто такая семья, где всех обязательно порют...

Шутки шутками, но на самом деле есть хороший способ понять: поступать определенным образом по отношению к ребенку или не стоит. Для этого надо просто задать самому себе вопрос: Вы бы так поступили по отношению к взрослым членам семьи — жене, мужу, бабушке — или нет?

Вы кричите на ребенка, потому что он пошел на улицу без шапки?

Здорово! А стали бы Вы так кричать на мужа (жену)?

Вы гоните ребенка спать, не дав ему досмотреть фильм?

Отлично! Только подумайте, как бы отреагировал Ваш муж, будь он на месте Вашего чада.

Вы кормите ребенка только полезными, с Вашей точки зрения, продуктами, не задумываясь, вкусны они или нет?

Прелестно! Подумайте, как долго продлится Ваш брак, если по такому принципу Вы станете кормить мужа.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте отнестись к тому, что Вы только что прочитали, именно как к практическому заданию.

Если Вы хотите подружиться с собственным ребенком, постарайтесь добиться того, чтобы этот критерий — «поступил бы я так со взрослыми членами семьи или нет» — стал для Вас привычным.

Уверяю Вас, подобный, согласитесь, очень простой подход сильно улучшит Ваши отношения с подрастающим поколением

Достигается упражнением.

Страх или любовь?

Если честно посмотреть на то, как многие из нас общаются со своими детьми, то можно сделать неприятный, но, увы, очевидный вывод:

по-настоящему любить ребенка, то есть ставить себя на его место, гораздо сложнее, нежели воспитывать его в страхе.

Очень часто родители исходят из того, что любое их указание должно быть выполнено быстро и без лишних разговоров.

Так рождается страх.

Великий Константин Ушинский справедливо заметил: «Педагогическое действие страха очень сомнительно: если и можно им пользоваться, то очень осторожно, всегда имея в виду, что смелость есть жизненная энергия души»¹.

Воспитывать свое дитя в постоянном страхе очень удобно. Но таким образом мы воспитываем раба.

Любовь порождает в ребенке жизненную энергию. Страх уничтожает ее.

¹ Ушинский К. Д. Воспитать ребенка как? / Сост. Е. Филиппова. — М.: АСТ, 2014. С. 121.

Общение с ребенком — это еще и серьезная проверка для взрослого человека: насколько мы умеем слушать другого, вслушиваться, понимать.

Если страх, а не любовь — главное Ваше оружие во взаимоотношениях с самым близким на земле человеком, значит внутри Вас что-то не так, не так ли?

И еще из Ушинского: «По большей части детей наказывают за то, за что следовало бы наказать их родителей и воспитателей»¹.

Будь моя воля, я бы вывесил эти слова в каждой квартире.

Страх в воспитании детей идет от родительской беспомощности.

Если Ваше чадо Вас боится, это верный признак Вашего родительского и человеческого бессилия.

И что делать в такой ситуации?

Категорически запретить себе любые действия, любые слова, которые могут породить в ребенке страх.

И стараться полюбить.

Для начала — сосредоточившись на собственном чаде.

Любишь? Сосредоточься на другом!

Поскольку мы убеждены, что детей необходимо воспитывать, и сами себя оцениваем как родителей именно по тому, на-

¹ Ушинский К. Д. Воспитать ребенка как? / Сост. Е. Филиппова. — М.: АСТ, 2014. С. 127.

сколько непрерывен воспитательный процесс, то мы стараемся все время что-нибудь делать со своими чадами. Ругать их и хвалить; устраивать им досуг и наказывать; что-нибудь спрашивать и иногда про что-нибудь рассказывать.

Это неверно?

Почему же? Понятно, что нет ничего плохого в том, что родители много общаются со своими детьми.

Другой вопрос: почему со взрослыми членами семьи мы общаемся гораздо менее непрерывно?

Дети — это еще и наши учителя в общении с близкими людьми. Они могут заставить нас сосредоточиться на тех людях, к которым мы привыкли.

На мой взгляд, нет (точнее, не должно быть) никаких отдельных, специальных законов общения с детьми.

Ребенок — это не некое существо, требующее специального воспитания, но член семьи, который может ее объединить как минимум в интересном и полезном общении.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Найдите время для того, чтобы записать: чем принципиально отличаются Ваши отношения с ребенком и Ваши отношения с женой (мужем).

Много ли отыщется таких отличий помимо очевидных? С женой (мужем) Вы занимаетесь сексом, с детьми — нет; жена готовит Вам обед, муж приносит зарплату, ребенок учится в школе и так далее.

Понятно, что речь идет не об этом, а о принципиальных отличиях в отношении к маленькому и большому человеку, о разнице в общении с ними.

С ребенком Вы менее откровенны? Более снисходительны? Менее естественны? И так далее

Чем меньше таких отличий, тем больше шанс стать ребенку другом.

Когда в семьях говорят, что не хватает внимания, имеется в виду чаще всего то, что не хватает сосредоточенности на другом человеке.

Нам искренно представляется, что фраза «Они понимают друг друга с полуслова» — это позитивная оценка того, что близкие люди очень хорошо друг друга понимают.

Это не так?

Иногда так. Но нередко это свидетельство того, что вторая половина уже выучила все реакции партнера, уже понятно, кто и что скажет в любой ситуации, кто и что на это ответит.

Люди так живут, и тут появляется ребенок — человек, который не приемлет невнимания к себе.

Ребенок все время меняется. И если изменения взрослых — это подчас долгий, многолетний, сложный процесс, то ребенок меняется постоянно. Маленький — так просто ежедневно.

Понять его, не осознав этих изменений, невозможно.

А понять изменения, не сосредоточившись на ребенке, — гиблое дело.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Это задание направлено прежде всего на Вас. Оно нетрудное, но позволит Вам понять, как лично Вы меняетесь с течением лет.

Сначала сформулируйте вопросник, связанный с отношением к самым главным составляющим жизни.

Что я считаю главной ценностью жизни? Что я больше всего боюсь потерять? Что меня больше всего пугает? Что радует? Как я отношусь к любви? К семье? К друзьям? К деньгам? К путешествиям? И так далее.

А затем ответьте на эти вопросы так, как Вы бы это сделали сегодня, 10, 20 и сколько угодно лет тому назад.

Сосредоточьтесь на себе. На своих внутренних изменениях. Это поможет Вам жить более осознанно.

Эти же вопросы можно задавать ребенку с 3–4 лет.

Его ответы помогут Вам сосредоточиться на нем, понять его изменения.

Между тем мы ведь умеем управлять своим вниманием, хотя нередко и забываем об этом своем умении.

Скажем, человек смотрит на море и может легко переключать внимание от лицезрения таинственной и бесконечной водной глади на купающихся людей.

Наше внимание нам подчиняется.

Теперь представим, что ребенок смотрит на папу, когда тот общается с мамой. Всегда видно: внимание папы сосредоточено на маме, на ее проблемах, или для папы самое главное — высказаться, высказать себя.

Если ребенок видит или чувствует это невнимание, он может это выразить.

И тут уж наш выбор: либо высокомерно бросить ему: «Не лезь не в свое дело», либо обратить внимание на то, на что хочет обратить его ребенок.

Если ребенок перестает обращать внимание родителей на то, что они невнимательны друг к другу, это верный признак того, что он вырос: он понимает, что надо быть искренним, за искренность могут наказать.

Любишь? Занимайся другим, а не собой!

И уж совсем очевидно для маленького человека, где находится внимание родителей, когда они общаются с ним: на нем, на его проблемах — или папе с мамой важно продемонстрировать самим себе собственное воспитательное рвение.

Ребенок почувствует Вашу любовь только в том случае, если Вы занимаетесь им, а не, скажем, демонстрацией самому себе собственных педагогических умений и навыков.

Ребенку, который видит, что, общаясь с другими, папа и мама постоянно демонстрируют себя, будет трудно поверить в то, что в общении с ним этого не происходит.

Если формулировать совсем просто, то
любить ребенка — значит общаться с ним.

Я не устаю говорить, что «общение» и «общее» — однокоренные слова. Моя книга про общение так и называлась *«Общение в поисках общего»*.

И я говорю именно про такие разговоры, когда мама и папа не занимаются назиданиями, а вот именно — стараются отыскать общее со своим ребенком.

Ученые свидетельствуют: чтобы ребенок научился хорошо говорить, нужны «повседневные разговоры, которые мотивируют ребенка... Природа запрограммировала нас на изучение языка через социальные отношения. Компьютерные экраны, даже при некоторой доли интерактивности, не приспособлены к удовлетворению интересов наших детей. В живом разговоре мы имеем возможность следовать тем темам, которые хотят обсуждать наши дети»¹.

Вывод о том, что ребенок лучше всего учит язык (и родной, и иностранный) в живом общении, безусловен.

Но на самом деле любые знания лучше всего усваиваются в общении с родителями.

Речь, понятно, идет не столько о физике-химии-математике, сколько о главном: знаниях о законах человеческой жизни, человеческом общении, общении человека с самим собой.

Наша любовь к ребенку проявляется еще и в том, что мы ведем с ним такие разговоры, которые, смею Вас уверить, если происходят серьезно и осмысленно, могут очень многое открыть и в нас, взрослых.

Многие родители озабочены тем, чтобы научить своего ребенка грамотно и хорошо говорить, однако мало кто думает, что именно в семье ребенок получает первые навыки общения.

¹ Хирш-Пасек К., Голинкофф Р., Айер Д. Эйнштейн учился без карточек. Как на самом деле учатся наши дети и почему им нужно больше играть, чем зубрить. — М.: Эксмо, 2014. С. 121.

Нас никто не учит общаться. Полноценному общению ребенок может научиться (или не научиться) только с помощью родителей.

Вы боитесь обсуждать с ребенком серьезные вопросы? Например, зачем человек живет? Зачем надо учиться в школе и какие уроки человеческого познания можно получить в общении с учителем? Что именно объединяет двух людей в семью и чем отличается общение близких людей от разговоров с людьми неблизкими?

Кто Вам сказал, что ребенок не дорос до обсуждения этих серьезных тем? Вы пробовали с ним это обсуждать или Ваше решение априорно?

Но если разговоры с собственным чадом превращаются в постоянные нотации, в бесконечное воспитание, то как и где ребенок может научиться общению?

Кто, кроме родителей, поможет ему понять, что общение — это очень радостный и глубокий процесс?

Любишь? Рождайся заново!

Знаменитый психиатр Эрих Фромм заметил: «В любви между мужчиной и женщиной каждый из них рождается заново»¹.

Когда мы влюбляемся, мы познаем другого человека. Чем глубже эта любовь — тем полнее познание. Вывод этот для нас абсолютно очевиден.

Но всегда ли мы понимаем, что он имеет прямое отношение и к нашим детям?

¹ Фромм Э. Искусство любить. — СПб.: Азбука, 2002. С. 105.

Любить ребенка — это вовсе не значит наполнять его собственными (взрослыми) знаниями.

Любить ребенка — это значит в первую очередь познавать его.

Великий педагог Константин Ушинский свидетельствует: «Дитя, независимо от учения, развивается с каждым днем — и развивается сравнительно так быстро, что месяц или два в жизни шестилетнего дитяти приносят более перемен в его душевном и телесном организме, чем потом целый год в возрасте от 10 до 15 лет»¹.

Представляете, какой невероятный простор для родительского любопытства! Какая невероятная школа познания человека — наш ребенок!

Что такое любовь между мужчиной и женщиной? Это бесконечное путешествие, в котором непременно есть непредсказуемость, опасности, выброс адреналина и неожиданный финал.

Отдаем ли мы себе отчет в том, что все это напрямую касается и наших отношений с собственным ребенком?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Американский психолог Шими Канг считает, что самый большой, самый лучший, самый желанный комплимент для человека — это фраза: «Ты делаешь этот мир лучше».

¹ Ушинский К. Д. Воспитать ребенка как? / Сост. Е. Филиппова. — М.: АСТ, 2014. С. 302–303.

Отличная мысль!

Обращаете ли Вы такой комплимент к собственному ребенку?

Думали ли Вы когда-нибудь над тем, как именно и почему ребенок улучшает Ваш мир?

Уверяю Вас, что сам по себе этот взгляд будет способствовать тому, что Ваша любовь с собственным чадом укрепитя.

И наконец, самое-самое последнее в этом разговоре, который, конечно же, невозможно закончить.

Я не устаю повторять гениальные слова великого Сенеки: «Я укажу приворотное зелье без всяких снадобий, без трав, без заклинаний знахарки. *Если хочешь, чтобы тебя любили, — люби* (выделено мной. — А. М.)»¹.

Если хочешь, *родитель*, чтобы тебя любил ребенок, — люби его.

Понимаете? Речь идет именно о любви, а не о воспитании, не о передаче опыта... О любви!

Вы можете принять или отвергнуть то, о чем мы с Вами говорили.

Главное — задуматься над тем смыслом, который Вы вкладываете в это столь привычное словосочетание «любить собственного ребенка».

¹ Сенека Л.-А. Нравственные письма к Луцилию. — СПб.: Азбука, 2013. С. 42.

А дальше, что естественно, мы поговорим о том, чему мы можем научить своего ребенка и чему мы можем научиться у него, когда речь идет о той самой любви, в результате которой наше дитя и родилось.

Поговорим о любви мужчины и женщины и о том, как влияет она на наших детей.



ГЛАВА 13

МЫ ВОСПИТЫВАЕМ РОДИТЕЛЕЙ

Вообще-то, одиночные камеры были придуманы для того, чтобы сделать жизнь заключенных более комфортной. Тюремь были переполнены, и вот в 20-е годы XIX века придумали такую «комфортную» одиночную камеру.

Однако очень быстро выяснилось, что одиночная камера — это пытка.

Хотя, казалось бы, чего плохого: живи себе один, сокамерники не раздражают, к тому же кормят тебя, поят, на прогулку выводят... Ан нет! Комфортная жизнь оборачивается пыткой — пыткой одиночной камерой.

Почему?

Потому что человек не может быть один. Он мучается без той энергии, которую получает от других людей. Человек должен жить вместе. Желательно вместе с любимым человеком. Тогда и получается семья.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Думаю, это самое простое задание из всех, что были и будут Вам предложены в этой книге.

Но, может быть, и одно из самых важных.

Я прошу Вас ответить на очень простой вопрос.

Часто ли Вы благодарите Бога (Судьбу, обстоятельства — как кому привычней и удобней) за то, что у Вас есть любимый человек и ребенок? А если нет рядом с Вами любимого человека, то просто за то, что у Вас есть сын или дочь?

Думаете ли Вы о том, сколько миллиардов людей во всем мире страдают от того, что у них нет любви, нет детей?

Понимаете ли Вы, что человек, у которого есть ребенок, а тем более и ребенок, и вторая половина, — уже избранный счастливчик вне зависимости от того, как складываются его доход, карьера и так далее?

В нашей суетливой жизни необходимо периодически задавать себе подобные вопросы, дабы не терять важнейшие ориентиры.

Работы современных ученых свидетельствуют: семья — не просто важно. Семья, если угодно, — это весьма полезно.

В том самом исследовании с участием выпускников Гарвардского университета, о котором мы уже говорили, было установлено, что мужчины, ценившие теплые отношения в семье, в среднем зарабатывали на 141 000 долларов в год больше, чем те, кто не ценил и не стремился сохранить семью.

Понятно, что

хорошая, крепкая семья — это тыл, который позволяет и мужчине, и женщине более свободно чувствовать себя в мире, если угодно — ощущать себя более сильными.

Я выделил эту мысль жирным шрифтом, потому что она мне представляется чрезвычайно важной.

Однако я прекрасно отдаю себе отчет в том, что она не весьма оригинальна и люди немало думают об этом.

Гораздо реже мы задумываемся над тем, что

семья — это воспитатель нашего ребенка.

Повторю еще раз:

родители воспитывают не детей, а родителей.

Очень долгое время у ребенка нет иного примера любви, кроме родительской. Нет иного примера семьи, кроме той, в которой он живет.

Свою будущую семью Ваше чадо будет создавать, либо взяв родительскую семью как пример, либо используя ее как антипример.

Семья — школа совместимости?

Мы относимся к семье как к данности. К сожалению, мало кто из взрослых выстраивает отношения со своей второй половинкой сознательно, редко когда мы договариваемся о тех законах, по которым предполагаем строить свою семью.

Большинство из нас исходит из того, что любовь — чувство Божественное, внезапное, неконтролируемое. Потому и семья, которая рождается благодаря любви, тоже должна быть такой внезапной и неконтролируемой.

Однако когда рождается ребенок, неплохо бы подумать над тем, что он попадает не просто в семью — он попадает в *школу* семьи, в *школу* любви или нелюбви.

От того, в каких семейных отношениях растет человек, и от того, какую любовь (или нелюбовь) он видит в родном доме, в решающей степени зависит его понимание того, что такое семья и что такое любовь.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если Вашему ребенку больше трех лет, обязательно периодически говорите с ним о том, что ему нравится, а что, может быть, он хотел бы изменить в семейном укладе Вашего дома.

Относитесь к тому, что говорит Ваш ребенок, серьезно.

Это важно, во-первых, потому что ребенок должен ощущать себя членом семьи, а не рабом взрослых. Такое ощущение помогает вырасти в нем пониманию ответственности за то, что происходит в доме.

А во-вторых (хотя на самом деле тоже во-первых), взгляд ребенка поможет измениться и Вам лично, и семейным отношениям. Дети как существа более близкие к Богу могут заметить что-то, чего взрослые люди, затюканные жизнью, не замечают.

Семья, семейные отношения влияют на ребенка всегда. Даже когда взрослые об этом не думают и этого не замечают.

«Согласно исследованиям, — пишет американский психолог Шими Канг, — дети, которые едят со своей семьей хотя бы пять раз в неделю, меньше подвержены риску приобрести плохие пищевые привычки, проблемы с весом, алкогольную и наркотическую зависимость. *Такие дети учатся лучше, чем те, кто постоянно ест вне дома или в одиночестве* (выделено мной. — А. М.)»¹.

Понимаете?

Совместность — вот что очень важно в семье.

И именно уроки совместимости, если угодно — *совместности*, так важны для наших детей.

¹ Канг Ш. Путь дельфина. Как вырастить счастливых и успешных детей, не превращаясь в мать-«тигрицу». — М.: Альпина нон-фикшн, 2015. С. 53.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Вместе со своей половиной, если она у Вас есть, или сами подумайте над тем, что Вы делаете семьей, делаете совместно.

Обедаете? Ходите в походы? Проводите досуг? Просто собираетесь вечерами «для поговорить»?

Если таких совместных дел окажется мало, срочно поразмышляйте над тем, как увеличить их количество.

Дело не только в том, что это необходимо для нормального функционирования семьи.

В первую очередь это необходимо Вашему чаду. Это поможет рождению в нем тех качеств, тех навыков совместного существования, которые никак, помимо совместной *деятельности* с родителями, не родятся.

Семья — школа борьбы с одиночеством?

Казалось бы, очевидно: семья — это прекрасно и чудесно.

Однако...

Сохранились воспоминания о том, как католический священник рассказывал Александру Дюма-сыну, что из 100 молодых женщин 80 признавались на исповеди спустя всего лишь месяц после выхода замуж в том, что они разочаровались в браке.

Это XIX век.

Чем дальше — тем хуже. Наш мир становится все более одиноким.

Исследование одиночества, проведенное в Калифорнийском университете Лос-Анджелеса, показало: около 30 % американцев ощущают себя одинокими. Практически каждый третий!

Это тот мир, в который идут наши дети.

Семья может быть школой борьбы с одиночеством, а может — школой одиночества.

Понятно, что это зависит от нас, взрослых.

На моей программе «Дежурный по стране» Михаил Михайлович Жванецкий не раз повторял:

— Ощущение, что семейная жизнь уничтожает одиночество, обманчиво. На самом деле в семье только и начинается настоящее одиночество.

Дети — зеркало не только каждого взрослого по отдельности. В них отражаются и отношения между мамой и папой, если угодно — отражается их любовь (или нелюбовь).

И это отражение может решающим образом сказаться на судьбе Вашего сына или дочери.

Что такое семья?

Я, понятно, не знаю: читает мою книгу мать-одиночка или счастливая обладательница второй половины.

Но мне, увы, известно очень точно, что вопрос: «Надо ли сохранять семью ради ребенка?» — весьма актуален. Мне регулярно задают его на лекциях. Приходят за решением этого вопроса и на консультации.

Чтобы разобраться с этой проблемой, давайте подумаем: а что, собственно говоря, мы имеем в виду под самим понятием «семья», когда рассуждаем о ее сохранности?

У американского психолога Джона Уэлвуда есть поразительные слова: «Глубокая связь с другим человеком выманивает нас из

себя. Наши границы начинают терять привычную определенность. Когда я растворяюсь в тепле рук возлюбленной, где заканчиваюсь я и начинается она?»¹

Красиво, правда?

Но ведь и по сути очень верно.

Что видит ребенок в своей семье?

Сообщество, основанное на любви? Людей, сумевших, сохранив индивидуальность, раствориться друг в друге? Или нервных, вечно ругающихся между собой папу и маму, которых, в сущности, ничего не связывает, кроме привычки и некоего не до конца ясного долга?

Недоразумения и конфликты между родителями случаются в каждой семье, и большинство взрослых стараются уберечь от них своих детей.

Это неверно?

Здесь, разумеется, нет однозначного ответа. Беречь детей от родительских ссор или же выслушивать их мнение по этому поводу, а может быть, даже и их советы, без сомнения, личный выбор родителей.

Однако надо иметь в виду, что, как правило, скрыть конфликты не получается, — дети живут с нами в одном пространстве, и они все видят и чувствуют.

Очень часто нам, увы, только кажется, что мы не вовлекаем в свои ссоры детей: они все равно все понимают. Нам представляется, что мы бережем маленьких людей от излишней нервозности, — и это так и есть. Но только дети нередко делают

¹ Уэллуд Д. Путешествие с сердцем. — М.: Постум, 2015. С. 45.

вывод, что родители скрывают от них свои проблемы, не имеют их в виду, игнорируют их точку зрения.

Повторю еще и еще раз:

каждый родитель сам должен решать: погружать ребенка в семейный конфликт или нет.

Но, принимая решение, неплохо бы понять, как видит ситуацию Ваш ребенок. Взглянуть на нее не с точки зрения педагогической науки, а с точки зрения самого ребенка.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Если в Вашей семье случаются конфликты, попробуйте поговорить с ребенком о том, что делать, дабы их избежать.

Попробуйте поговорить с ним так, как Вы бы говорили с собственным другом.

Если Ваши отношения с ребенком доверительны, то, уверяю Вас, Вы сможете узнать что-то совсем новое, неожиданное и, может быть, даже неведомое и про себя, и про Вашу семейную жизнь, и про своего ребенка

А Ваше чадо почувствует уважение к себе, ощутит собственную ответственность за жизнь семьи.

Но — повторяю еще раз — все это возможно делать только в той ситуации, когда у Вас с ребенком доверительные отношения. Когда Вы не боитесь его искренности — и он не опасается быть откровенным с Вами.

Замечательно, когда родители могут прислушаться к мнению своего ребенка, может быть, даже учесть его советы и изменить семейные отношения, сделав их более гармоничными.

А если так не получается?

Либо потому, что родители не воспринимают всерьез суждения своего дитяти, либо потому, что семья находится в таком состоянии, что соединение невозможно?

Сохранять ли семью ради ребенка?

Понятно, что на вопрос: «Сохранять или нет семью ради ребенка?» — родители опять же должны искать ответ сами. И ответ зависит от множества обстоятельств. Никакие советы, тем более от человека, который ни разу не видел эту семью, приниматься за абсолютную истину, естественно, не могут.

Но сам по себе этот вопрос дает повод к серьезным и, на мой взгляд, полезным размышлениям.

А давайте-ка попробуем задать вопрос иначе.

Не «Надо ли сохранять семью?», а «Какой урок мы хотим преподать ребенку жизнью своей семьи?»

Есть семьи, похожие на несколько одиночных камер: люди живут формально вместе, но, по сути, каждый своей жизнью.

Есть семьи как общность, где все помогают друг другу, где взрослые и дети чувствуют друг друга.

Что мы сохраняем и ради чего?

Какая семья отражается в зеркале ребенка?

Какой урок извлечет он из конфликтной семейной ситуации? Урок лжи и фальши? Или урок того, как люди спокойно расходятся, продолжая уважать друг друга?

Как бы ни отвечали родители на вопрос: «Сохранять или нет семью ради ребенка?», они всегда должны помнить:

ребенок как существо, находящееся ближе к Богу, чем взрослые, ненавидит любую фальшь.

Так же как взрослые чувствуют любую неискренность, идущую от их чада, ребенок ощущает любую неискренность родителей.

Другое дело, артикулирует он это понимание или нет. Но ощущает всегда.

Когда Вы говорите о сохранении семьи, всегда ли речь идет именно об общности людей или подразумеваются две «одиночные камеры» под одной крышей?

Если на одной чаше весов — исчерпавшие себя фальшивые отношения между родителями, то что на другой? Убеждены ли Вы в том, что это *другое* столь необходимо Вашему ребенку? Основываясь на чем, Вы делаете такой вывод?

Пришедшая ко мне на консультацию женщина — назовем ее Клавдия — рассказала такую историю.

Ее отношения с мужем испортились, каждый пытался строить свою жизнь. Их сыну было десять лет, и они всячески старались сохранять для него видимость нормальных отношений, хотя и спали в разных комнатах.

— И вот однажды, — рассказывает Клавдия, — когда назревал очередной скандал, но мы изо всех сил старались его сдерживать, наш сын обратился к нам: «Я вас очень прошу: не расходитесь, пожалуйста. Мне все равно, что там у вас происходит, но когда я прихожу домой, мне надо, чтобы меня встречали и мама, и папа». Наши отношения с мужем после этого не улучшились, но стали намного спокойней. Мы перестали дергаться, мы поняли, что разойтись невозможно. В результате мы разъехались только тогда, когда ребенок окончил школу.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Это задание обращено только к тем, кто именно сейчас, когда читает эту книгу, размышляет о том, имеет смысл сохранять семью или нет.

Пожалуй, это даже не задание, а скорее совет: его можно принять или забыть.

Какое бы самое жесткое решение Вы ни принимали, постарайтесь ничего не делать, не посоветовавшись с собственным ребенком.

Категорически неверно принимать решения, напрямую касающиеся детей, с ними не посоветовавшись.

Во-первых, это неверно, потому что ребенок — это личность, и у него может быть собственный взгляд на происходящее, часто абсолютно неожиданный.

Во-вторых, это неправильно, потому что ребенок должен делить ответственность за все, что происходит в семье. Потому что это и его семья тоже.

Итак, мой совет предельно прост: не бойтесь советоваться со своим ребенком, даже когда речь идет об абсолютно взрослых, тяжелых, недетских, казалось бы, проблемах.

Часто ли мы задумываемся над тем, что семья — это школа любви? Ведь понимание того, что такое любовь, что такое отношения между мужчиной и женщиной, ребенок обретает именно дома.

Важная тема, не так ли?

Вот о ней дальше и поговорим.



ГЛАВА 14

СЕМЬЯ — ШКОЛА ЛЮБВИ

Итак,

семья — это школа любви для ребенка.

Вот уж о чем мы крайне редко задумываемся.

Мы вообще крайне редко думаем о любви, ну разве что тогда, когда она уходит от нас. Мы склонны если и анализировать, то неудачную любовь.

Любовь — это океан, стихия. Подхватывает нас и несет — до изысканий ли тут?

Любовь — это счастье. А счастье не нуждается ни в каких исследованиях — в нем хочется купаться, и все тут.

Как можно работать над счастьем? Глупость какая!

Тем более часто оно столь хрупкое, что кажется — разобьется от любого неосторожного прикосновения.

И вот на свет появляется плод нашей любви. Наш ребенок.

Отдаем ли мы себе отчет в том, что

те отношения между папой и мамой, которые видит ребенок, он и считает настоящей подлинной любовью?

Нам априорно известны, если можно так выразиться, некоторые признаки подлинной любви.

Но нам недосуг, а часто и просто неловко размышлять над тем, а есть ли эти признаки в нашей такой привычной семейной жизни?

Например, мы знаем, что

любовь всегда естественна, радостна, в ней нет страха.

Оно и понятно: где есть радость — там страху не место.

А теперь попробуем посмотреть на свою семейную жизнь.

Эту ли любовь видит ребенок перед собой? Он растет с ощущением радостной любви или любви-долга? Он понимает, что любовь — это то, без чего не могут прожить родители, или он вырастает с пониманием того, что любовь — это одно, а семейная жизнь — совсем-совсем иное?

Некоторые родители стесняются проявлять свою любовь друг к другу перед ребенком. Они не обнимаются, не целуются, не проявляют никакой нежности.

Почему? Что плохого в том, что сын или дочь видят: папа и мама тянутся друг к другу, любят друг друга, нуждаются друг в друге.

А если в родителях нет такой тяги? То это серьезный повод задуматься: школу любви проходит в доме их чадо или школу равнодушного отношения?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Любовь — важнейшая составляющая жизни любого человека. Это понятно.

Непонятно тогда, почему мы так боимся говорить со своим ребенком о любви. Боимся и не умеем. Очень часто мы выпускаем своего ребенка во Вселенную любви, даже не попытавшись обсудить с ним законы этой Вселенной.

Когда не рано начинать говорить о любви со своим чадом?

Когда чадо захотело, тогда и не рано. Все разговоры типа: «Подрасти! Тебе еще не время! Лучше бы уроками занялся!» — бессмысленны. Они могут сделать одно: выстроить стену между родителями и ребенком.

Как только ребенок заинтересовался вопросами любви, нужно, не боясь, с ним их обсуждать. Не оставлять его наедине с этой Вселенной. Идти туда вместе. Как друзья.

Честно отвечать на все вопросы, которые его волнуют в любом возрасте. Приучить свое дитя к тому, что у папы и мамы он всегда найдет понимание во всем, в том числе и при обсуждении вопросов любви.

Любовь беззащитна

Еще один постулат, всем нам известный:

любовь делает человека беззащитным.

Влюбленный как бы растворяется в другом человеке. Жизнь без любимого (любимой) делается бессмысленной. Ты становишься очень зависим от другого (другой).

Можем ли мы своим примером объяснить ребенку, что эта беззащитность требует особого доверия? Видит ли он примеры этого в своей семье? Рассуждаем ли мы с ним об этом?

И другой очень важный вопрос:

ощущает ли Ваш ребенок, сколь, в сущности, беззащитны перед ним родители именно потому, что любят его?

Мы, взрослые, хотим, но часто не можем улучшить жизнь ребенка, не можем уберечь его от каких-то проблем. Часто на этом пути совершаем глупые и нелепые поступки, продиктованные именно нашей любовью и ничем иным.

Понимает ли это ребенок? Говорим ли мы с ним об этом?

Осознает ли Ваш ребенок, что Вы как влюбленный в него человек проживаете его жизнь вместе с ним? Что Вас ранят его раны, огорчают его неприятности? Что есть любовь мамы и папы, которую они стараются беречь? А есть любовь его и родителей, которую тоже надо беречь.

Какую любовь видит ребенок в собственной семье — такую долгие годы (а иногда и всю жизнь) он и считает нормальной.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Вы любите своего ребенка?

Положительный ответ очевиден.

А знает ли об этом тот, кого Вы любите?

Вам кажется, что ему известно об этом априори? С чего Вы это взяли?

Когда Вы в последний раз говорили своему чаду, что любите его? Когда обнимали его, ласкали?

Вы боитесь избаловать своего ребенка излишней лаской? А Вы не боитесь вырастить человека, не понимающего, что такое истинная любовь?

Если семья неполная

Статистика свидетельствует: в России 30 % неполных семей, 5,6 млн одиноких мам и 634,5 тыс. одиноких отцов.

Конечно, это печально. Конечно, полная семья (если мужчина и женщина объединены в ней любовью) лучше, чем неполная. Это понятно.

Но все это, разумеется, вовсе не означает, что в неполной семье ребенок обязательно будет не полностью счастлив.

Главное, что может дать родитель своему чаду, — любовь. И не надо думать (как, к сожалению, случается), что в полной семье ребенок получает больше внимания, чем в неполной.

Во-первых, это зависит только и сугубо от родителя.

А во-вторых, любовь вообще не измеряется количеством. Она измеряется только и сугубо качеством. Одинокая мама может любить своего ребенка сильнее и глубже, нежели мама, папа, бабушки и дедушки, вместе взятые.

Однако одинокие мамы часто бывают излишне строги к собственным детям (особенно если это сыновья), как бы стараясь воплотить в себе одновременно и маму, и папу.

Это неверно?

Да, это серьезная ошибка.

Ребенок в неполной семье требует огромной и нежнейшей любви.

На мой взгляд, этот вывод абсолютно очевиден и не требует особых доказательств.

Мой опыт свидетельствует, что, увы, подростки нередко предъявляют родителю претензии за то, что тот не сумел сохранить семью.

Этих претензий не будет, если ребенок любит маму (или папу). Любит — значит жалеет. А если жалеет, то о каких претензиях может идти речь?

Этих претензий не будет, если родители откровенно говорят с ребенком о том, почему не сложилась их семейная жизнь.

Вообще, откровенный разговор с ребенком как с личностью, как с другом — это возможность избежать конфликтов.

Конечно, иногда неполные семьи возникают в связи с трагическими обстоятельствами, когда муж или жена умирает. Но та же статистика неумолимо свидетельствует: куда чаще причина этого — развод.

Другими словами, у одинокой мамы (или папы) есть опыт неудавшейся любви, иногда не одной. И все это порождает страх любви.

Ужасно, если этот негативный опыт, если этот страх переносятся на ребенка. Когда мама или папа не верят, что любовь может быть настоящей, и с этим неверием подходят к первому чувству своего чада.

Когда ребенок влюбляется, он не нуждается в родительском опыте. Он нуждается в понимании своего чувства.

Итак, неполная семья тоже может быть школой любви, если мама (или папа) любит своего ребенка, если она (он) не боится говорить с ним о причинах, по которым распалась семья, если, наконец, она (он) готова (готов) принять любовь своего сына или дочери, не ориентируясь на собственный негативный опыт.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Это задание относится только к тем мамам и папам, чей ребенок растет в неполной семье, возникшей из-за развода родителей.

Беседовали ли Вы когда-нибудь с ребенком о том, почему случился Ваш развод?

В каком возрасте не рано это делать? Когда ребенок заинтересовался — тогда и вовремя.

Это очень серьезный и, конечно, очень непростой разговор. Главное, чтобы он был предельно честным.

Такой разговор, безусловно, еще и серьезная проверка для родителей: насколько честно они могут ревизовать свое прошлое.

Но без такой беседы (чаще нескольких) трудно добиться искренних отношений со своим чадом, заслужить доверие ребенка.

Мама влюбилась

Что делать маме-одиночке, если она влюбилась? Знакомить ли свое дитя с новым возлюбленным? И если знакомить, то в какой момент?

С этим вопросом ко мне нередко приходят на консультацию, и именно мамы. Одинокие папы с подобной проблемой не обращались никогда. Но думаю, что выводы относительно мам в данной ситуации вполне сгодятся и папам тоже.

Честно говоря, постановка вопроса меня удивляет, поскольку ответ очевиден:

если Вы влюбили, а Ваш ребенок является Вашим другом, разве можно не рассказывать своему товарищу о новом чувстве?

Вы ведь знаете, как надо вести себя с другом? Отлично! Что же мешает эти известные Вам законы дружеского общения перенести на собственное чадо?

Влюбленный человек всегда долго сомневается в том, ответна ли его любовь. При этом рядом с Вами живет человек — Ваш собственный ребенок, — в чьей любви Вы можете не сомневаться. Почему же Вы боитесь видеть в нем друга?

А вдруг у мамы (или у папы) постоянно меняются объекты страсти? Что ж, каждого знакомить со своим ребенком, про каждого рассказывать?

Если взрослый человек совершает поступки, о которых ему неловко говорить с собственным ребенком, — это очень серьезный повод задуматься над тем, стоит ли их совершать.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Найдите время спокойно подумать вот о чем

Есть ли в Вашей жизни поступки, о которых Вам неловко или стыдно говорить собственному чаду?

Я убежден, что, если у Вас войдет в привычку оценивать свои поступки с подобной точки зрения, это может сильно изменить Вашу жизнь. Причем к лучшему.

Папа + мама = ?

Ребенок — не только плод, но и зеркало любви взрослых. Он отражает те подлинные чувства, которые царят в семье.

В любви между мужчиной и женщиной есть противоречие, которое известно всем.

С одной стороны, любой из нас боится изменений, просто панически боится менять свои привычки, потому что привычки — это, в сущности, и есть человек.

С другой стороны, если под воздействием любви человек не меняется вовсе, значит любви нет.

«Как измениться ради любимого, но при этом сохранить себя?» — вопрос, который всегда встает перед влюбленными.

Что в этом смысле видит ребенок в семье: борьбу за отстаивание своих привычек или принятие чужих?

Папа любит спать в холодной комнате, мама — только в теплой. Папа любит плотно позавтракать, мама не завтракает вообще. Папа обожает смотреть футбол, мама считает это бессмысленным занятием, зато обожает сериалы, которые папа презирает.

Как решаются эти проблемы? Что диктует их решение? Любовь и принятие? Или кровавая борьба за собственное «я»?

Понимаем ли мы, что ребенок все это видит и делает свои выводы?

Мальчики и девочки

Когда мы говорим о полной семье, то мы ведем разговор не просто о двух людях, а о двух *разных* людях: о человеке-папе и человеке-маме.

И ребенок — это не просто некое бесполое существо, а мальчик или девочка.

Думаем ли мы, родители, над этим? Понимаем ли, что, воспитывая мальчика, мы воспитываем будущего мужа, а девочку — будущую жену? Есть ли у нас самих понимание разности ролей мужа и жены в семье?

Великий русский философ Григорий Померанц заметил: «Мужчина и женщина — глубоко другие, во всем философском

смысле другого. В мужчине больше возможностей развития в разных направлениях, он больше может успеть в любой почти отдельной области, но почти всегда за счет целого, вплоть до разрушения целого... Женщина настолько же превосходит мужчину в целостности, как он ее в развитии. В женщине дух неотделим от тела, любовь от материнства, ум от сердца»¹.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

У Вас сын. Или дочь. Или и сын, и дочь. Или несколько сыновей и дочерей. В данном случае — неважно.

Как и все родители, Вы хотите воспитать свое чадо хорошим человеком. Отлично!

Задумывались ли Вы над тем, что значит воспитать хорошего мужчину или хорошую женщину? Что в Вашем отношении к ребенку диктует именно эту задачу?

Какой пример поведения мужа или поведения жены видит ребенок в собственной семье?

Давая ребенку те или иные задания, обсуждая с ним те или иные ситуации, осознаете ли Вы, что говорите именно с мальчиком или именно с девочкой?

Унисекс, который сегодня столь распространен в мире, в вопросах воспитания неприемлем.

Ко мне на консультацию пришел человек, назовем его Михаил. Он относится к своей жене как к партнеру, который, соответственно, обязан выполнять определенные партнерские задачи.

¹ Померанц Г. С., Миркина З. А. Работа любви. — М., СПб.: Центр гуманитарных инициатив, 2013. С. 2013.

К слову сказать, это свойство многих мужчин: они придумывают некий образ для своей женщины и потом примеряют его как шаблон к конкретному поведению возлюбленной.

Кто-то хочет видеть в женщине тыл, кто-то — поддержку в работе, кто-то — мать своих детей и так далее.

Понятно, что женщина не всегда умеет этому соответствовать. Более того, она не всегда даже понимает суть подобных требований. Она хочет, чтобы ее оценивали такой, какая она есть, а не прикладывали к ней шаблон придуманного образа.

Отец Михаила — военный. И сын с детства видел, что мама с переменным успехом исполняла роль офицерской жены. Она очень старалась соответствовать тому образу, который придумал папа.

Такой получил Михаил урок. Урок, который очень мешает ему в создании собственной семьи: он не видит перед собой живого человека, он пытается любую женщину втиснуть в рамки трафарета «женщина-партнер», который ему представляется наиболее подходящим для семейной жизни.

К слову, ему 40 лет. Два брака распались. В сущности, они распались из-за того, что он «отзеркалил» в детстве такое отношение к женщине, которое ему самому мешает жить.

Личное пространство души

Как правило, мы отождествляем личную и семейную жизнь. Если, конечно, речь идет не об изменах, но это совершенно другая, отдельная тема.

А в самой семейной жизни у человека остается пространство для личной жизни? Должно ли у него быть личное пространство?

Слово «должно» здесь неприемлемо. Как всегда, все зависит от выбора.

Есть люди, которые убеждены: у человека непременно должно быть личное пространство, куда он никого не пускает.

Однако есть и те, кто считает: с любимым надо делить абсолютно все — начиная с постели и заканчивая электронной почтой.

Пока человек живет сам по себе — это его личное дело. Но вот рождается ребенок, который, глядя на родителей, тоже вырабатывает свое отношение к личному пространству.

Ко мне на разговор пришла женщина, назовем ее Марина.

Проблема у Марины известная: нет контакта с дочерью. Дочь, которой 13 лет, не делится с ней своими переживаниями.

По ходу разговора выясняется, что Марина — ярый сторонник личного пространства. Ее философия жизни такова: личное пространство — это та территория свободы, которая необходима каждому человеку для того, чтобы хорошо себя ощущать.

Марина очень любит общаться в социальных сетях, но требует от дочери и мужа к ней не заходить. Понятно, что ее аккаунты для членов семьи закрыты на сто паролей.

С мужем у нее непростые отношения, но о них она с дочерью не говорит. Вообще старается о своих проблемах ни с дочкой, ни тем более с супругом не разговаривать.

Что же получается?

Марина приучила дочь к тому, что у человека должна быть его личная территория, на которую он никого не пускает.

Нормальная позиция?

Казалось бы, вполне.

Только надо иметь в виду, что дочь прекрасно «отзеркалила» эту ситуацию. Девочка живет в убеждении, что своими личными проблемами делиться нельзя ни с кем, в том числе и с родной мамой. Понятно, что в результате теряется контакт между мамой и ребенком.

Родители должны понимать: если они настаивают на том, что у них должно быть личное пространство, на этом будут настаивать и их дети.

В тех хороших семьях, которые я знаю, у родителей общий адрес электронной почты и никаких тайн друг от друга нет. Вопрос личного пространства здесь вообще не стоит.

Это не значит, конечно, что мама и папа всю жизнь идут рядом, взявшись за руки. Если есть возможность, они уединяются — скажем, жена может посмотреть фильм, который неинтересен мужу.

Но когда в компании я слышу, как жена говорит мужу: «Мне пришла эсэмэска — посмотри от кого», я понимаю, что это хорошая семья, в которой супруги ничего друг от друга не скрывают.

Наверное, надо говорить не просто о личном пространстве, но, если угодно, о личном пространстве души. О том, хочет человек делиться своими переживаниями с близкими или скрывать их.

Не устану повторять: каждый волен поступать так, как ему кажется правильным.

Но всегда следует иметь в виду:

на взрослых смотрят дети, которые склонны принимать законы нашего существования как законы собственной жизни.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Было бы неплохо провести такую, я бы сказал, ревизию.

Подумайте: есть ли у Вас личное пространство души? Существуют ли вещи, которые Вы не рассказываете своему супругу (супруге)? Почему Вы так делаете? Чего Вы боитесь?

Вам кажется, что, если бы Вы рассказали, Ваши отношения ухудшились бы или улучшились? Если Вам представляется, что ухудшились бы, то исходя из чего Вы делаете такой вывод?

Если Вам кажется, что улучшились бы, то что Вам мешает быть предельно откровенным со своей второй половиной?

Понимаете ли Вы, что ребенок берет с Вас пример? Думаете ли Вы над тем, что поведение ребенка, продиктованное Вашим примером, может испортить Ваши отношения?

Другое дело, что у ребенка должна быть зона личной ответственности. Это безусловно.

Зона личной ответственности — это то, за что ребенок отвечает сам, отвечает лично.

Такой зоной в первую очередь должна быть учеба.

Ребенок должен понимать: он учится для себя, для того чтобы нормально прожить жизнь, а не для родителей и тем более не для учителей.

Очень важно не путать личное пространство и зону личной ответственности.

Любовью надо пользоваться

Ученым хорошо известен такой принцип: что не используется, то умирает.

Скажем, если человек долго был недвижим, ему приходится едва ли не заново учиться ходить. А если мы не используем какие-то части нашего мозга, то они тоже отмирают за ненадобностью.

Но ведь этот же вывод относится и к нашим чувствам.

Если любовь не используется, она отмирает.

Это касается и любви между мамой и папой, и любви к собственному ребенку.

Любовь сохранить не так сложно: нужно просто ее использовать!

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Есть ли у Вашего ребенка личное пространство души?

Если нет — то нет. А если есть, то, как Вам кажется, почему оно возникло? Потому что ребенок просто берет с Вас пример или потому что не хочет делиться своими проблемами с родителями, полагая, что все равно его не поймут?

Есть ли у Вашего чада зона личной ответственности, то есть нечто, за что отвечает только он?

Если есть — то есть. А если нет, то почему? Не получается ли так, что Вы просто не позволяете ребенку отвечать за что-либо (например, за учебу или за то, выгуляна ли собака), постоянно его контролируя?



ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

**ПРО ЧТО ГОВОРИТЬ
НЕ ПРИНЯТО**

Очень много книг написано о том, чему и как надо учить детей. Часто это очень хорошие, интересные книги. Дай Бог здоровья их авторам.

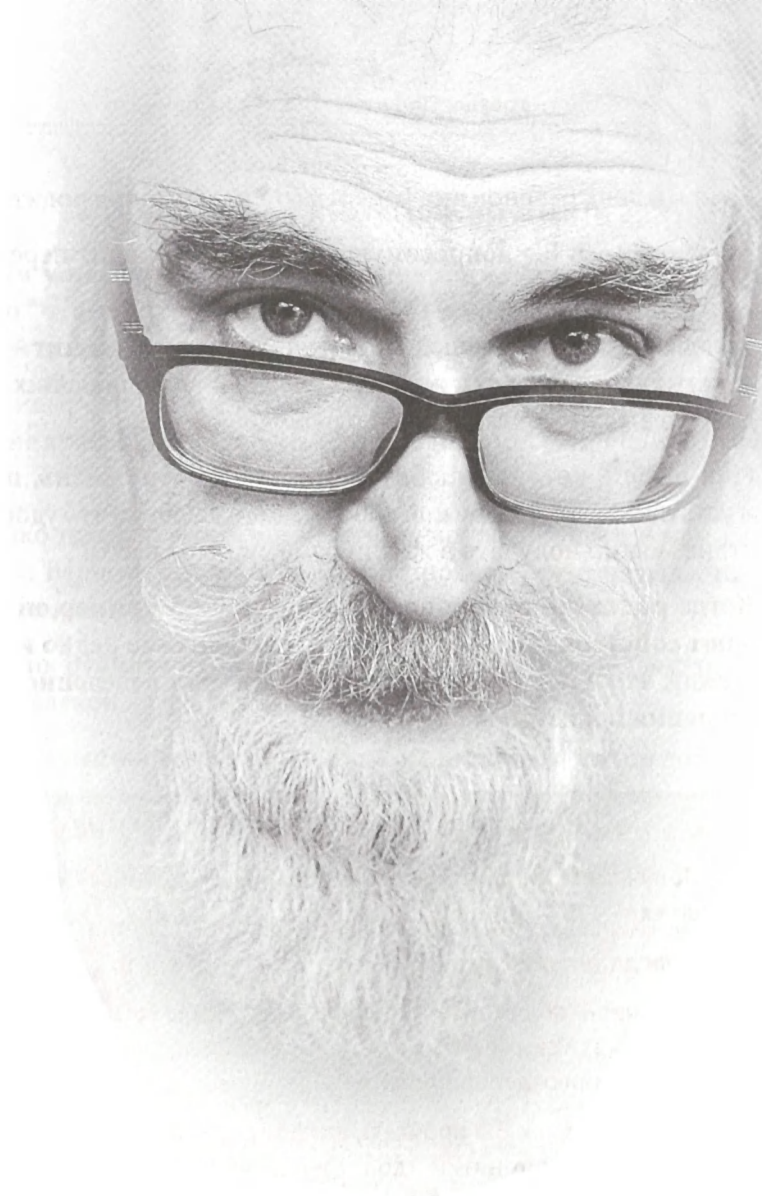
Однако я считаю, что надо не столько из всех сил учить детей, сколько постараться сделать так, чтобы они учились сами.

В этой заключительной части нашей книги мы поговорим — подумаем — как раз о том, о чем в книгах по воспитанию говорить не принято.

Здесь я как бы подвожу итог некоторым темам, которых мы уже касались в книге.

Итак, заключая наш разговор, мы поговорим:

- ✧ о том, как способствовать тому, чтобы дети осознали свои желания и поняли, что именно желание должно являться главным двигателем по жизни;*
- ✧ о том, что было бы неплохо, если бы дети научились у взрослых умению получать удовольствие от жизни, и почему удовольствие — это очень серьезно;*
- ✧ о том, как сделать так, чтобы дети научились правильно и, главное, оптимистично относиться к необходимости преодолевать препятствия;*
- ✧ и наконец, о том, что такое опыт, почему подчас он может принести вреда больше, чем пользы, и почему имеет смысл не передавать опыт, а им делиться.*



ГЛАВА 15

ПРИМЕР ОТНОШЕНИЯ К ЖИЗНИ

Каждый день ребенок видит перед собой вас, своих родителей.

Задавались ли Вы вопросом: кого именно он видит перед собой каждый день?

Усталых и печальных людей, забывших, что это значит — получать удовольствие от жизни, ежедневно выполняющих свой долг и даже не мечтающих о другой жизни?

Или людей, которые любят свое дело и свою жизнь, пусть и устающих, но от любимой работы, понимающих, что удовольствие можно получать в жизни буквально от всего?

Когда родители размышляют о том, какой пример они подают собственному ребенку, они, увы, крайне редко имеют в виду, что в первую очередь это пример определенного отношения к жизни.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Получается ли у Вас жить сообразно собственным желаниям?

Если да — чудесно.

Если нет — подумайте, что Вам мешает. Было бы идеально, если бы эти самые помехи Вы записали на отдельном листе бумаги или отдельном файле.

После того как Вы прочтете страницы этой главы, посвященные сути понятий «долг» и «желание» (о них — чуть ниже), вернитесь к своим записям.

Не кажется ли Вам, что многие помехи и препятствия надуманны и их не так уж трудно преодолеть?

Так что же Вам мешает это сделать?

Желание — движитель по жизни

«Если у вас есть желание и стремление сделать что-либо и это “что-либо” в Божьей воле, вы обязательно достигнете своей цели»¹.

Красивые слова. Возможно, они даже представляются Вам излишне красивыми, чтобы быть правдивыми. Слишком красивыми, чтобы ориентироваться на них в своей жизни.

Однако принадлежат они человеку, который знает, о чем говорит. Верность этого вывода он проверил, что называется, собственной жизнью.

Это Ник Вуйчич — тот самый человек, который родился страшным калекой — без рук и без ног.

Жизненные обстоятельства Ника были таковы, что он должен был бы всю свою жизнь провести в приюте. Тем не менее он сумел стать одним из самых известных проповедников мира. Женился, у него двое детей.

Он не захотел подчиняться обстоятельствам. У него было иное желание. И он нашел в себе силы его осуществить. Он достиг цели. Он создал ту реальность, которую хотел.

Повторю то, о чем я уже упоминал, но что представляется мне чрезвычайно важным и конкретным.

В мире, где живет Ник Вуйчич, ссылаться на неудачные обстоятельства мне представляется просто неприличным, я уж не говорю о том, что бессмысленным.

¹ Вуйчич Н. Жизнь без границ. Путь к потрясающе счастливой жизни. — М.: Эксмо, 2015. С. 12.

Желание — одно из фундаментальных понятий психофилософии, которая исходит из того, что

желание должно быть главным двигателем человека по жизни.

Почему же мы не учим этому своих детей? Почему многие родители по-прежнему исходят из главного принципа советской школы: «Я» — последняя буква в алфавите, и твои мысли, ученик, и суждения, не говоря уж о желаниях, вообще никого не интересуют? Почему мы так часто не хотим прислушиваться к желаниям своих детей (даже когда речь идет о призвании или женитьбе), тем самым обрекая их на несчастливое существование?

Во-первых, потому что указывать ребенку на то, что ему делать, куда проще, чем прислушиваться к нему.

Во-вторых, мы так привыкли. Мы сами воспитаны и часто продолжаем жить в такой системе координат, где долг важнее желания. И даже если подобный взгляд не принес нам самим счастья, мы все равно навязываем его подрастающему поколению.

То ли по привычке. То ли потому, что не думаем, что возможны иной подход к жизни и иная система координат.

Долг и желания

Поэтому прежде чем мы подробнее поговорим о желании, попробуем понять, какой смысл мы вкладываем в слово «долг».

На самом деле у человека есть две мотивации: долг и любовь.

Мы говорим о долге, когда нет любви, то есть желания делать что-то, что делать необходимо.

Мой отец прошел Великую Отечественную войну. Его вел не долг, а любовь к своей стране, *желание* ее защитить от агрессора.

Предположим, у человека больны родители. Он будет принципиально по-разному за ними ухаживать, если делает это от любви (то есть по желанию) или из чувства долга.

Надо ли Вам объяснять суть понятия «супружеский долг» и в каких ситуациях мы говорим о нем, а не о любви между супругами?

Мы артикулируем понятие долга в той ситуации, когда нет любви. Если она есть, говорить о долге не надо.

Долг составной частью входит в любовь. Но когда она есть, акцентировать внимание на долге нет необходимости.

Нужно иметь в виду следующее.

Когда в нашем воспитании главенствует необходимость, пресловутое «надо», значит, в нем не хватает любви.

Можно вымыть посуду, потому что надо это сделать. А можно — потому что любишь маму и жалеешь ее, *хочешь помочь*.

Можно проведать бабушку, потому что это твой долг. А можно — потому что любишь ее и соскучился, *хочешь увидеть*.

Принципиально иначе юный человек воспринимает любые знания в том случае, если ему *надо* выучить урок или если ему *интересно и хочется*.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте проделать такой эксперимент.

Каждый раз, когда Вы хотите заставить ребенка что-либо выполнить — выгулять собаку, вымыть посуду, выучить уроки, надеть шапку, — попробуйте сделать это так, чтобы задание было продиктовано не долгом, а любовью.

Например: «Ты не наденешь шапку и заболеешь. Это твое личное дело. Но я буду страдать. Тебе меня не жалко?», «Представь себе, что ты можешь ходить в туалет не когда захочешь, а когда, например, захочу этого я. Тебе не жалко собаку?» И так далее.

Привычка жить плохо

Значит ли все вышесказанное, что долг как мотивация не работает никогда?

Разумеется, не значит. Разумеется, иногда приходится делать то, что не хочется, но надо.

Важно, как мы к этому относимся: как к форс-мажору или как к норме.

Главное, чтобы «надо» не превратилось в привычку. Потому что это очень сильно калечит душевное состояние человека, а значит, ухудшает ту реальность, которую он создает.

У меня есть близкая знакомая, которая действительно живет довольно тяжело, однако категорически не желает жить легче.

Она много работает — зарабатывает деньги. Это дает ей возможность, например, не тратить силы на готовку, а хотя бы

иногда покупать готовую еду, но она этого не делает — ей неудобно перед мужем и дочерью. Муж предлагает ей пригласить домработницу — она отказывается, потому что уверена, что уборка квартиры — это долг жены. Она даже не хочет покупать посудомоечную машину, потому что считает, что вымыть пару-тройку тарелок нетрудно.

Понятно, что при такой жизни она существует в состоянии постоянного недосыпания и, как следствие, невроза. Понятно, что домашние редко видят ее улыбающейся и счастливой. Понятно, что дочка больше общается с папой, чем с мамой...

Но по-другому этот человек жить не умеет. Никто и ничто не в состоянии заставить ее жить иначе, отказаться от необязательных обязанностей, попробовать облегчить свою жизнь.

Долг и обязанность — главные поводыри ее жизни. И она категорически не хочет их менять.

Знаменитый американский психолог и философ Ролло Мэй рассказывает о человеке, который категорически не хотел лечиться от неврозов: «Невроз защищает мою душу... Он для меня дороже всего... Если бы я поправился, для меня это было бы поражением»¹.

Поскольку, как мы уже говорили, привычка — не просто вторая натура, но основа человеческой личности, мы с большим трудом отказываемся даже от тех из них, которые портят нашу жизнь.

Случается, что невроз от бесконечного выполнения долга превращается в привычку, — и человек, как пациент Ролло Мэя, не хочет ее менять. Вот просто не хочет — и все!

¹ Мэй Р. Взывая к мифу. — М.: Модерн, 2015. С. 27.

Хочет жить плохо, но привычно — и не хочет хорошо, но по-новому.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Женщина, про которую Вы только что прочитали, — реальный человек. Она живет тяжело и не хочет даже попробовать жить легче.

Остановите, пожалуйста, чтение книги и подумайте: не похожи ли Вы случаем на нее? Не получается ли так, что Вас по жизни ведет ложно понятое, часто никому не нужное чувство долга?

Есть ли у Вас обязанности, от которых Вы можете отказаться вовсе или перепоручить их кому-то?

Остается ли в Вашем расписании время, когда Вы делаете то, что Вам действительно хочется делать и что доставляет Вам удовольствие?

Вы ощущаете (а может быть, Вам даже диагностировали) невроз от этой бесконечной тяжелой жизни. Не получается ли так, что Вы уже привыкли к нему, сделали его своей основой и не отказываетесь не потому, что не можете отказать, а потому, что не хотите, боитесь отказываться?

И наконец, самое главное. Задумывались ли Вы над тем, кого видит перед собой Ваш ребенок? Какой образ мамы (папы) сформирован в его голове? Убеждены ли Вы, что этот образ (пример) поможет ему в дальнейшей жизни?

А если не убеждены, то все ли Вы делаете для того, чтобы этот образ изменить?

Очень важно постараться ответить на все эти вопросы честно, потому что врать самому себе непродуктивно.

Желание как критерий

Пока не родился ребенок, Вы можете строить свои отношения с собственными желаниями так, как Вам нравится, так, как Вам комфортней.

Я знаю немало людей, которые очень любят постоянно выполнять некий иногда не до конца ясный долг. Об одной такой женщине я рассказал только что.

Такие люди относятся к жизни как к испытанию. Им необходимы постоянное преодоление, постоянная борьба с самими собой.

Это плохо?

Поставим вопрос иначе.

Что лучше: быть постоянно взвинченным, нервным человеком, который борется с трудностями, даже не думая о том, как облегчить собственную жизнь; или быть человеком радостным, не заикленным на своих проблемах, думающим об удовольствиях и радостях?

Вот Вам, по сути, два взгляда на мир, два отношения к миру.

А теперь подумайте: какой из этих подходов Вам хотелось бы привить собственному ребенку?

Рассуждения о том, что бывают такие обстоятельства, которые не позволяют радоваться жизни, не принимаются категорически. Вспомните Ника Вуйчича.

Хорошо. Договорились, что с обстоятельствами надо бороться. Но как? Даже у Вуйчича, несмотря на его физическое увечье, был выбор.

На что ориентироваться, когда ты совершаешь выбор?

Желание — вот тот единственный подлинный критерий, который необходим нам, чтобы не запутаться в жизни, чтобы правильно совершать любой выбор.

Если человек делает то, что хочет, он гарантированно побеждает?

Нет, разумеется.

Но

если человек делает то, что хочет, у него хотя бы появляется шанс построить счастливую жизнь.

Если живет, подчиняясь чужим желаниям, такого шанса не остается.

— Это что ж получается! — радостно воскликнет на это ребенок. — Я могу делать все, что заблагорассудится, все, что захочу?

И тогда нам придется объяснить ему, что такое желание.

Правда, мы уже говорили об этом вскользь.

Однако тема столь важная, что к ней необходимо вернуться.

Что и сделаем в следующей главе.



ГЛАВА 16

ОПРАВДАНИЕ ВОЗВРАЩЕНИЯ

Так и слышу я голос внимательного читателя этой книги:

— Послушайте, автор, вы ведь уже говорили про желания. Стоит ли повторяться?

— Да, — отвечаю я Вам, внимательному читателю. — Говорил. Не раз и не два. И в этой книге, и в других. Однако, приближаясь к концу нашего разговора, считаю необходимым вернуться к этой теме и обсудить ее подробно.

С точки зрения психофилософии желание является главной движущей силой человека по жизни.

Между тем люди — а в особенности жители нашей страны — не уделяют желаниям должного внимания.

Почему так происходит?

Потому что

мы вообще не привыкли думать о себе.

Мы приучены к тому, что главные ценностные ориентиры как бы спускаются нам сверху, а наши собственные устремления никого не интересуют, в том числе и нас самих.

Многим проще жить, считая, что их собственные желания — это некая блажь. Чего, собственно говоря, о них думать, ежели они все равно никого не интересуют?

Подлинное желание дает человеку невероятную энергию преодоления.

Многие из нас не имеют это в виду, поэтому прозябают, по инерции проживая свою жизнь.

Это наше взрослое дело. Наш взрослый выбор.

Но очень печально, когда к такой жизни по инерции мы начинаем приучать собственных детей.

Когда ребенок утверждает: «Я хочу!», у родителя всегда заготовлен ответ: «Мало ли чего ты хочешь!»

Мы забываем, что выбор у человека невелик:

либо жить, ориентируясь на собственные желания, и тогда проживать собственную жизнь.

Либо жить, ориентируясь на чужие желания, и тогда проживать ту жизнь, которая кому-то — родителям, начальникам, государству — кажется правильной.

Поэтому

чем раньше мы приучим ребенка к тому, что его желания важны, тем больше шансов, что у него получится выстроить свою собственную счастливую жизнь.

Стоит начать размышлять надо всем этим (что мы, признаться, делаем крайне редко), как тотчас появляется множество вопросов, ответы на которые принципиальны и для нашей собственной жизни, и — что особенно важно — для наших взаимоотношений с детьми.

Желание и прихоть

И первый вопрос:

— Что такое Вы говорите, автор? Что ребенок мой ни захочет — я все должен выполнять? Так, что ли?

Разумеется, нет.

Поэтому — повторю — так важно отличать желание от прихоти.

Прихоть — это неплохо бы...

Огромное количество наших так называемых желаний — это не более чем прихоти. То самое «неплохо бы», о котором мы уже говорили.

Осуществится прихоть — здорово. Не получится? Ну и ладно. Жили ведь без этого и дальше проживем.

Желание — это то, без чего я не могу прожить. Если оно не осуществится, то я подлинный перестану существовать.

Желание указывает мне на такие изменения самого себя (а значит, и собственной жизни), которые помогают мне осуществить свое подлинное «я».

Замечательно сформулировал суть желания французский исследователь XIX века Эмиль Тардьё: «Желание только тогда возможно, когда оно выражает собой истинную потребность»¹.

Истинную, понимаете? Подлинную. Настоящую.

Если я не займусь этим делом — моя жизнь будет бессмысленна. Если я не смогу завоевать любовь этой женщины — моя жизнь не сложится.

Осуществление желания — это то, что приносит в жизнь смысл.

У ребенка очень много прихотей. Безусловно. Мы это прекрасно понимаем и очень любим предаваться размышлениям: потакать этим детским «хотелкам» или нет.

Не забыть бы при этом, что у нашего чада есть и настоящие, подлинные желания, без исполнения которых ребенок не может быть счастливым.

¹ Тардьё Э. Скука: Психологическое исследование. — М.: ЛКИ, 2013. С. 110.

Желание — это, например, то, что диктует Вашему ребенку выбор призвания.

Если я не стану ученым, банкиром, ветеринаром, актером — моя жизнь будет бессмысленна.

Если ребенок рассматривает свое призвание так — это величайшее родительское счастье.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Проведите ревизию собственных желаний, четко отделяя их от прихотей.

Попробуйте честно, желательно вслух, поразмышлять над тем, почему одни желания получилось выполнить, а другие — нет. Все ли Вы сделали для того, чтобы их исполнить?

И наконец, почему Вы перестали эти желания даже пытаться воплотить? Абсолютно ли Вы убеждены в том, что исполнить их не удастся никогда?

Есть желание? Есть первый шаг!

Существует еще один признак, точно указывающий на то, руководит человеком желание или прихоть.

Прихоть — такая шалость судьбы. Желание — то, что диктует нам Бог (или Природа — как кому больше нравится).

Поэтому,

если Ваше желание подлинно, Вы знаете первый шаг к его осуществлению.

Это различие очень хорошо видно, скажем, на примере любви. «Неплохо бы, чтобы эта женщина обратила на меня внимание».

Можно осуществлять для этого какие-то шаги. Можно не осуществлять, как говорится, особо не затрачиваться: жил без этой женщины и дальше проживу.

«Я не могу жить без этой женщины. Если ее не будет рядом со мной, моя жизнь окажется бессмысленной и неполной».

Согласитесь, совсем иная история. Мужчина, испытывающий такое чувство, понимает, что ему надо делать. Все свои силы он может потратить на осуществление этого стремления.

Итак,

желание диктует первый шаг.

Кто-то возразит: но ведь и прихоть может диктовать первый шаг.

Прихоть — это мечта, видение, греза. Мечта превращается в желание именно тогда, когда мы понимаем, как ее осуществить. А понимание это возникает, если мы осознаем первый шаг и — что очень важно, разумеется, — осуществляем его.

В одном из моих спектаклей играла замечательная молодая актриса Юлия Латышева. Она поступила в театральный вуз, когда ей было уже за 20, — для начала актерской карьеры серьезный возраст. Почему так произошло?

Потому что родители хотели видеть ее учительницей, и поначалу она честно выполняла чужое, родительское, желание.

Но довольно быстро Юлия поняла, что без осуществления собственного стремления она не сможет реализоваться. Также

ей был совершенно понятен первый шаг — поступить в театральный вуз. Что она и сделала.

Юлия снялась в нескольких фильмах, сейчас создала собственный театр, играет в нем и счастлива.

Может быть, главная задача родителей заключается в том, чтобы помочь своему ребенку осознать и осуществить его желания.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Понимание первого шага для осуществления желания поможет Вам разобраться с тем, прихоть возникла у ребенка или подлинное желание.

Большинство детей мечтают, чтобы их школа сгорела. Но ни один нормальный ребенок не хочет пойти и поджечь школу. Потому что это — прихоть.

И совсем другое дело, когда речь идет о призвании: если юный человек понимает, какие нужно совершить первые шаги для его осуществления, значит речь идет о подлинном желании.

У меня есть знакомая барышня десяти лет. Она обожает лошадей, страстно занимается конным спортом. Как всякая девочка, она любит, например, украшения, но вполне может без них обойтись. А вот получить в подарок новую книгу про лошадей — это ее желание. Потому что такая книга даст ей новые знания про любимых животных и, значит, изменит ее саму и ее жизнь.

Помогая своему ребенку отличать призвание от прихоти, Вы, взрослый человек, возможно, научитесь многое понимать и в собственных устремлениях и мечтах.

Желания и совесть

Но ведь желания могут быть разными.

Гитлер, Ленин, множество современных тиранов жили и живут вполне себе так, как хотят.

Да и вообще, мало ли какие желания могут возникнуть в наших головах — все, что ли, бросаться выполнять? А если, скажем, исполнение наших желаний испортит жизнь другим людям, разве такого не бывает?

Но мы никогда не остаемся один на один со своими желаниями. Нам всем дана совесть.

У человека есть совесть — совместная весть с Богом, которая предоставляет ему возможность соразмерять собственные желания с устремлениями и жизнью других людей.

Что значит «совместная весть с Богом»?

С точки зрения психофилософии верующий человек — это тот, кто ощущает себя живущим в присутствии Бога. Такой человек понимает, что на любой его поступок реагирует он сам и Господь.

Свою реакцию можно легко сформировать так, как человеку надо. Ее можно даже выдумать. Это будет наша собственная весть — весть, которую мы посылаем самим себе как реакцию на наши поступки. Ее можно отредактировать, переписать или даже вовсе не услышать.

Бога обмануть невозможно. Он всегда говорит нам правду о нас. Если мы ее слышим, соединяем с нашим анализом своей жизни, с собственной вестью, значит у нас есть эта совместная с Богом весть: со-весть.

Означает ли это, что в мире нет бессовестных людей, которые идут напролом, ни с кем не считаясь?

Разумеется, не означает. Нет смысла долго рассуждать о том, что в мире есть бессовестные люди.

Однако разве тот факт, что в мире есть бессовестные люди, отменяет необходимость слушать собственные желания?

Человек должен слушать свои желания, должен руководствоваться ими.

Оставаться при этом совестливым или бессовестным — это его личный выбор.

Мы часто бросаем ребенку обвинение: «Ты бессовестный человек!» И куда реже размышляем с ним о самой сути понятия «совесть».

Происходит это более всего потому, что мы и сами с собой не всегда можем договориться о том, чем, например, отличается совестливый поступок от бессовестного.

Ребенок дан нам еще и затем, чтобы мы сами могли четко определиться с критерием совести.

И поскольку ребенок — существо гораздо более логичное и конкретное, чем взрослый, ведя с ним разговоры о совести, имеет смысл помочь ему найти конкретные и понятные критерии.

У каждого человека они разные. Скажем, у верующего и атеиста они отличаются принципиально. Однако они непременно должны быть.

Но ведь существует точка зрения, что бессовестным людям жить легче.

Быть совестливым или бессовестным — это выбор каждого человека.

Если Вы хотите выпустить в мир человека, который будет идти по трупам и осуществлять собственные желания без оглядки на других, — это Ваше дело.

На мой личный взгляд,

человеку, который живет без оглядки на других, жить не проще, а тяжелей.

Он осознанно шагает к одиночеству. Он хочет жить без опоры. Потому что главную опору в жизни нам дают все-таки другие люди.

Но как бы ни относились к этой проблеме лично Вы, выбор определенного отношения к людям должен быть сделан Вашим ребенком осознанно.

Отношение это начинает формироваться у Вашего чада в самом раннем возрасте. Поэтому нельзя не задумываться над тем, какой пример он берет с Вас. Поэтому нельзя не вести разговоры с ребенком о совести и бессовестности с самого раннего возраста.

Если папа, например, с гордостью рассказывает, как ради продвижения по карьерной лестнице он обманул, унизил, победил кого-то, он должен понимать: ребенок осознает, что бессовестное отношение к другим — это норма.

И именно эту норму он может сделать основой своей жизни.

Услышать желание ребенка

Если мы научимся понимать и уважать желания собственных детей, это не только поможет нам подружиться с ними. Это и нас самих сориентирует на правильное восприятие жизни, на

то, чтобы жить, осуществляя самих себя. Проживать ту жизнь, какую хотим прожить мы, а не кто-то другой.

Знаменитый психолог и философ, основатель гуманистической психологии Абрахам Маслоу некоторое время жил у индейцев племени блэкфут. Там он познакомился с семилетним мальчиком по имени Тедди, который владел огромным сокровищем, с точки зрения индейцев, — мешочком с лекарствами.

И вот один индеец предложил мальчику купить у него это сокровище. Тедди на трое суток ушел из поселения, чтобы подумать. А потом принял решение. «Не могу себе представить, — пишет Маслоу, — чтобы мы позволили такое семилетнему ребенку»¹.

А Вы можете себе такое представить?

Нет? А почему, собственно? Почему мы, даже любящие родители, предпочитаем все решать за своих чад? Почему мы верим самим себе больше, чем ребенку? Почему мы уверены, что в трудной ситуации решение должны принимать мы, а не ребенок? Почему мы приучаем себя не обращать внимания на желания наших детей, прикрываясь фразой: «Да мало ли чего он хочет»? Почему мы не хотим приучить своего ребенка прислушиваться к собственным устремлениям и стараться осуществлять их?

Часто это происходит, потому что родители сами не умеют слушать свои желания. И потому, разумеется, не могут научить этому своих детей.

В результате

они приучают свое чадо жить, подчиняясь чужой, например своей, воле, и таким образом проживать не свою жизнь.

¹ Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. — СПб.: Питер, 2012. С. 263.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Первое, что делает психофилософ, когда к нему на консультацию приходит человек, — спрашивает: «А чего Вы сами хотите? Каково Ваше желание?»

Попробуйте таким же образом говорить с ребенком, когда он приходит к Вам с собственными проблемами. Попытайтесь не навязывать ему свое решение, а попробовать разобраться в его желаниях и прихотях.

Подобный подход чрезвычайно полезен и эффективен, если Вы хотите подружиться с Вашим чадом

Кроме того, он приучит Вас ориентироваться и в своей жизни, не забывая про собственные желания.

Желания и воля

Большинство психологов и философов утверждают, что воля человека свободна.

Увы, это не так. Хотелось бы, конечно, чтобы было так. Однако на самом деле наша воля подвержена невероятному количеству самых разнообразных воздействий.

Близкие люди, социум, даже собственные привнесенные извне комплексы, увы, куда как часто парализуют нашу волю, диктуя необходимость совершения тех или иных поступков.

Только одна цифра. Ученые подсчитали, что в среднем человек получает порядка трех тысяч рекламных сообщений в день — начиная от телерекламы и заканчивая рекламными щитами на улице. Три тысячи раз каждый день нас учат, что нам делать!

Реклама исподволь, незаметно приучает нас совершать выбор, ориентируясь не на собственные желания, а на некий общепринятый стандарт.

Это только один «диктатор». А еще есть, скажем, телевизор и интернет, которые диктуют нам определенные нормы. А еще есть родители, начальники...

Да этих «диктаторов», готовых нам навязать свой взгляд на мир, — не счесть!

Как не растеряться? Как вернуть себе волю? Что может тут помочь? На что ориентироваться, в конце концов?

На собственное желание. Больше не на что.

Поэтому так важно помочь нашим детям осознать собственные желания, объяснить им, что в их реализации нет ничего плохого, нет ничего страшного.

«Тебе трудно осознать свое желание? Пойми, без чего ты не можешь жить. Пойми, в осуществлении чего ты знаешь первый шаг. И — вперед! Осознание желания придаст тебе силы и поддержит твою волю. Я помогу тебе!»

Вот слова, которые в том или ином виде родитель должен говорить своему чаду.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Готовы ли Вы ответить на прямой вопрос Вашего сына или дочери, почему Вы, взрослый человек, не прислушиваетесь к своим желаниям?

Готовы ли Вы поддержать Ваше дитя в исполнении его желаний?

Готовы ли Вы, если можно так сказать, провести ревизию желаний Вашего ребенка, помочь ему отделить их от прихотей и помочь в осуществлении?

Я абсолютно убежден: без честного и прямого ответа на эти вопросы очень трудно помочь своему ребенку — да, честно говоря, и себе самому — выстроить гармоничную, счастливую жизнь.

Желание и счастье

Философ и педагог Мортимер Адлер заметил: «Невозможно представить себе психологическое развитие вне зависимости от всегда находящейся перед нашими глазами цели»¹.

На самом деле мы и сами прекрасно знаем, как тяжело развиваться при отсутствии цели.

Но как найти эту цель? На что ориентироваться?

Ответ все тот же: на желание. Двигаться туда, куда ты хочешь. Туда, без осуществления чего ты сам будешь неполным, недо-воплотившимся.

Надо ли много рассуждать о том, что, если Вы поможете своему ребенку осознать и осуществить его желания, это, безусловно, и Вам самому поможет стать более счастливым и гармоничным человеком?

Психолог Ульф Димберг из Упсальского университета в Швеции провел эксперимент, целью которого было узнать реакцию

¹ Адлер М. Искусство говорить и слушать. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. С. 17.

людей на счастливые и несчастные лица, мелькающие на экране компьютера.

Видя несчастливые лица, люди автоматически чуть-чуть хмурились — и улыбались, видя людей счастливыми. Причем реакция была мгновенной, если угодно — автоматической. Она происходила быстрее, нежели сознание могло зарегистрировать образ.

Впрочем, мы и без Ульфа Димберга знаем, что нам нравятся счастливые люди, ведь они заражают нас положительной энергией. Мы все хотим быть счастливыми. Мы все хотим, чтобы счастливыми росли наши дети.

Но отдаем ли мы себе отчет в том, что невозможно построить счастливую жизнь, не зная цели, которая продиктована подлинным желанием?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Готовы ли Вы ответить себе на вопрос: «Счастливы ли Вы?»

Если да, то что делает Вашу жизнь счастливой?

Если нет, то что мешает Вашему счастью?

Думали ли Вы над этим? Пытались ли изменить ситуацию, если Вы не можете назвать себя счастливым, или исходили из того, что человек рожден не для счастья?

И самое главное (спрошу в который уже раз, потому что это важно): Вы подаете своему ребенку пример счастливого человека или несчастного?

Если мы хотим быть счастливыми и мечтаем, чтобы такими росли наши дети, то что же мешает?

Обстоятельства? А как быть с Ником Вуйичем? Или с Пушкиным, превратившим эпидемию холеры в Болдинскую осень?

Мне кажется, что мы уже договорились с Вами о том, что человек — строитель своей реальности.

Значит, дело не в обстоятельствах.

А в чем?

Может быть, в нашем нежелании быть счастливыми? В том, что мы слишком быстро и охотно забываем собственные желания и живем по инерции, не думая о себе, подчиняясь чужим хотениям?

Нас «отзеркаливает» наш ребенок. И учится у нас искусству забывать свои желания. И вырастает несчастливый, не понимающий себя и свои устремления человек.

Выбор счастливой (как и несчастливой) жизни — это выбор. Мы его делаем сами. За нас его сделать некому.

Этому выбору мы учим своих детей. Осознанно или нет, но учим этому самому главному выбору в жизни.

Когда мы говорим о желании, неминуемо встает вопрос об удовольствии, которое хотелось бы получать от жизни.

Удовольствие — понятие не слишком уважаемое в нашей системе ценностей. Мелкое какое-то. Несерьезное.

Пора бы его реабилитировать.

Чем мы и займемся в следующей главе.



ГЛАВА 17

СЧАСТЬЕ — ЭТО ГАРМОНИЯ

Начнем, пожалуй, с банальности. Почему нет?

Банальность: каждый человек стремится к счастью.

Отлично!

А главное — очевидно.

Вопросы начинаются дальше, как только задумаешься: а что такое счастье? Какой смысл, собственно говоря, вкладываем мы в это, казалось бы, известное всем слово?

Известный карикатурист Чарльз Шульц считал, что счастье — это теплый щенок.

Вполне себе симпатичное и милое определение, не так ли? Можно и так считать.

Вообще, наверное, сколько людей — столько представлений о счастье. Причем представления эти часто совершенно различны.

Знаменитый составитель словаря Ожегов исходит из того, что счастье — чувство и состояние полного, высшего удовлетворения. А составитель другого, не менее знаменитого словаря Даль считал, что счастье — это случайность, желанная неожиданность.

Сотни тысяч, если не миллионы трактатов спорят о том, что такое счастье, как его добиться и удержать.

Я не буду вступать в этот спор.

Счастье, конечно, можно понимать по-своему и строить его из самого разного материала.

Однако очевидно: счастья нет там, где нет удовольствия. Или, если хотите, радости.

Вот тут-то и начинаются проблемы.

Философия жизни российского гражданина заставляет его относиться к самому понятию «удовольствие» в лучшем случае с некоторым подозрением.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте четко и по возможности кратко сформулировать, какой смысл Вы вкладываете в понятие «счастье». Из чего состоит счастье для Вас? Каковы его критерии?

А потом поговорите с ребенком о том, что подразумевает под счастьем он (или она). Каковы его (ее) критерии?

Интересно сравнить критерии и побеседовать об этом с собственным чадом.

Сравнивая, имеет смысл не учить и тем более не поучать, а учиться у своего ребенка или хотя бы как минимум прислушиваться к нему.

В этом случае, уверяю Вас, Вы не только многое узнаете о своем сыне или дочери, но поймете что-то неожиданное и о самом себе.

Счастье без удовольствия?

Негативное отношение к удовольствию начинается со школы.

Одиннадцать лет ребенок проводит в стенах, где вообще не имеется в виду, что дети должны получать удовольствие от учебы. Наши дети растут с ощущением, что учеба — это тяжелый, скучный, подчас каторжный труд. Удовольствие начнется с наступлением каникул.

Школа — серьезный, взрослый, социальный урок того, что в жизни мало удовольствия и много тяжелой, часто бессмысленной работы.

Этот урок прекрасно усваивается россиянами на всю оставшуюся жизнь. Большинство из нас живет по принципу: 11 месяцев — труд, главная цель которого заработать денег. Потом — 20 дней моря и разгула, то есть удовольствия.

Во время своих консультаций я много раз убеждался: практически все, у кого возникают семейные проблемы, уверены, что на любви семью строить невозможно, построение семейных отношений — это тяжелый, чтобы не сказать каторжный, труд, во время которого иногда возникает радость.

Получается, что

мы сознательно отделяем удовольствие от жизни: праздники и радости — отдельно; тяжелая, часто скучная жизнь — отдельно.

Удовольствие врывается в нашу жизнь вспышками, такими огнями салюта. И мы привычно считаем такое положение дел нормальным.

Если мы сами живем так, то это наш выбор.

...А теперь вспомните, каким появился на свет Ваш ребенок. Как ему было три года, пять, даже семь... Он радовался всему новому (а новым было все) и получал удовольствие от всего на свете.

Мы с женой называли нашего сына, когда он был маленьким, «производителем хорошего настроения». Думаю, так можно назвать практически любого ребенка.

Ребенок может переживать, даже страдать. Но в его мире удовольствие от жизни не отделено. Оно составляет ее обязательную часть.

Вам действительно кажется верным, что не мы, взрослые, взяли с него пример, чтобы попробовать жить, получая от жизни удовольствие, а его, ребенка, заставили жить по нашим законам, в которых удовольствие отделено от жизни и лишь периодически возникает вспышками?

Вам кажется, что в Вашей жизни слишком много проблем?

Но мы уже говорили о том, сколь сложна жизнь ребенка — человека, осваивающего этот мир. У него — субъективно — проблем не меньше, но они не мешают ему радоваться.

Значит, дело не в обилии проблем, а скорее в нашей психологической настройке, которая столь часто мешает нам замечать даже те радости, которые дарит нам жизнь.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте понять, от чего Ваш ребенок получает самое большое удовольствие.

Составьте список того, что приносит Вашему чаду самую большую радость.

Отлично!

Теперь спросите у сына или дочери, что радует их больше всего. И тоже запишите это.

Сравните две записи.

Совпало? Что-то не совпало?

Это задание — серьезная проверка того, насколько Вы понимаете свое дитя.

Но оно еще поможет давать ребенку больше радости. Не той, которая кажется «радостной» Вам, но той, что доставляет удовольствие ему.

Если ребенок (особенно школьник) испытывает серьезный дефицит удовольствий, значит у него очень печальная и нелегкая жизнь. В ней не хватает счастья.

Никто, кроме родителей, не сможет изменить эту ситуацию.

Реабилитация удовольствия

Нам давно пора реабилитировать самое понятие «удовольствие».

Во-первых, осознать, что в нем нет ничего постыдного.

Если мы хотим быть счастливы сами и сделать так, чтобы счастливыми росли наши дети, мы не должны забывать, что счастье без удовольствия невозможно.

Во-вторых, мы должны научиться сами и научить наших детей **не отделять удовольствия от жизни.**

Другими словами, понимать, что удовольствие должно быть частью жизнью, а не неким отдыхом от нее.

Разумеется, так получается не всегда. Но это то, к чему имеет смысл стремиться.

Удовольствие — это вовсе не некое раблезианское понятие. В принципе удовольствие в жизни должно приносить все: работа, дом, еда, досуг, общение с друзьями.

Понятно, что так бывает не всегда. Но это если происходит редко или вовсе не случается, это неправильно. Подобную ситуацию необходимо менять.

Надо очень хорошо понимать:

если родители живут и работают без удовольствия, то их дети ежедневно видят раздраженных и усталых людей.

А поскольку дети всегда берут с родителей пример, то они и сами постепенно становятся раздраженными и усталыми. А тут еще и школа очень помогает такому самоощущению.

И если Ваш ребенок — уставший, равнодушный ко всему скептик, советую Вам внимательно посмотреть в зеркало и подумать, с кого он берет пример подобного отношения к жизни.

Психофилософия исходит из того, что

счастье — это гармония, поэтому оно может продолжаться весьма долго.

Понимаете?

Счастье — это не некая вспышка, но продолжительное ощущение того, что жизнь идет правильно.

Что мешает Вам так относиться к счастью? Что мешает стремиться к этому? Что, наконец, не позволяет Вам научить такому отношению своих детей?

Скука — это отсутствие удовольствий

Известный французский исследователь XIX века Эмиль Тардьё считал, что скука есть результат истощения. «Человек истощенный, навсегда осужденный на усталость... всю жизнь испытывает скуку. Он не способен на усилия, чувствует себя ничтожным, пустым»¹, — писал он.

Удивительно точное наблюдение!

Может ли устать человек, который получает от жизни удовольствие?

Разумеется, да.

Может ли человек, который получает от жизни удовольствие, быть истощенным своей работой? Как говорил персонаж одной замечательной пьесы: устать навсегда?

Разумеется, нет.

Скука как результат хронической усталости от бессмысленности жизни может передаваться от поколения к поколению.

Такая, я бы сказал, привычная скука становится семейной традицией, семейной привычкой.

Часто даже не отдавая себе в этом отчета, люди привыкают к тому, что удовольствие и радость — гости редкие, а скука — хозяйка жизни.

Как мы уже говорили: привычки — это то, что нам менять тяжелее всего. Семейные привычки в том числе.

¹ Тардьё Э. Скука: психологическое исследование. — М.: ЛКИ, 2013. С. 9.

В таких семьях ребенок легко усваивает традицию: работа — тяжела, жизнь — скучна, на удовольствия выпадает очень мало времени — и надо использовать его по полной программе.

Он не живет гармонично, стараясь сделать свою жизнь счастливой, а начинает, что называется, «оттягиваться» — так он борется со скукой жизни.

И мы все прекрасно понимаем, как далеко такой «оттяг» может завести.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Задумывались ли Вы когда-нибудь над тем, насколько радостно Вы общаетесь со своим ребенком?

Ведь ребенок рождается радостным и оптимистичным. И он будет таким столь долго, сколько позволят родители.

Ребенок — это ведь еще и наша проверка на то, насколько мы можем (или не можем) создавать гармоничную, счастливую жизнь.

Хочу подчеркнуть: это не некие общие размышления, а именно задание: сесть и подумать надо всем этим.

А лучше использовать, надеюсь, известный Вам принцип психофилософии: поговорить об этом с самим собой вслух.

Такой серьезный и, главное, честный разговор с самим собой об умении радостно общаться со своим чадом может повлиять и на Ваше отношение к самому себе, и на Ваши отношения с ребенком, и, в конце концов, на Вашу жизнь.

Десять принципов удовольствия

Когда я рассказывал обо всем этом на лекции, один из умных слушателей сказал:

— Да это просто эпикурейство какое-то!

«Интересное замечание», — подумал я. И решил разобраться.

Оказалось, что на воротах школы Эпикура была написано: «Гость, тебе здесь будет хорошо; здесь удовольствие — высшее благо».

Эпикур считал удовольствие высшим благом жизни!

Отлично! Наш человек!

А вот какими десятью принципами он советовал руководствоваться для достижения этой цели.

I. Всегда работать.

II. Всегда любить.

III. Любить жену больше самого себя.

IV. Не считать никогда в активе жизненного баланса чужой благодарности.

V. Наставление вместо ненависти; улыбка вместо презрения.

VI. Из крапивы извлекать нитку, из полыни — лекарство.

VII. Нагибаться лишь затем, чтобы поднять того, кто упал.

VIII. Иметь всегда больше ума, чем самолюбия.

IX. Спрашивать себя каждый вечер: “Что я сделал хорошего?”

Х. Иметь всегда в своей библиотеке новую книгу, в погребке — новую бутылку, в саду — свежий нетронутый цветок»¹.

Согласитесь, неплохие принципы, правда?

Обратите внимание: их исполнение может приносить людям удовольствие, вот ведь что интересно!

Если бы научиться жить так, то жизнь была бы полна радостей!

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Прочитайте внимательно принципы Эпикура.

Что мешает Вам пользоваться ими в жизни?

Что мешает Вам объяснить их своим детям и потом вместе с ними разбираться, получается по ним жить или нет?

Вообще, я убежден: обсуждение этих принципов — хороший повод для общения со своим ребенком.

Да и для размышлений о собственной жизни тоже.

Воля — это сила желания строить счастливую жизнь

Повторю уже в который раз: огромное количество людей убеждены, что именно обстоятельства мешают им получать удовольствие от жизни.

¹ Цит. по: Мантегацца П. Физиология наслаждений. Наслаждения чувств. Наслаждения сердца. Наслаждения ума. — М.: Профит Стайл, 2012. С. 18–19.

Но ведь мы с Вами договорились, что человек строит жизнь, а не жизнь строит человека.

На самом деле получать удовольствие от жизни нам мешают не обстоятельства, а отсутствие воли.

Что такое воля?

Воля — это сила желания выстроить такие обстоятельства своей жизни, в которых Вы будете максимально счастливы.

Иногда нам кажется, что мы, например, не умеем делать даже ту работу, которая нам нравится. Или не умеем любить.

Разве так не бывает?

Бывает, разумеется. Но вопрос не в «умении — неумении», а в «желании — нежелании».

Чем сильнее желание — тем быстрее появляется умение.

На самом деле этот вывод каждый из нас проверил, что называется, на себе не один раз.

Каждый из нас не раз убеждался: чем сильнее стремление сделать что-либо, тем быстрее появляются навыки в освоении этого чего-либо.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

В израильском маршрутном такси я увидел небольшой плакат с таким текстом: «Скажите Господу "спасибо" за наступившее утро. Остальное — бонус».

Если бы научиться так жить, то каждое событие воспринималось бы как бонус, то есть как радость.

Я задумался (и Вам советую): что мешает так жить? Что за препятствия есть внутри нас, которые не позволяют подобным образом относиться к жизни?

Думаю, если бы удалось уничтожить эти препятствия, жизнь стала бы принципиально иной...

Может быть, для начала изготовить такой плакат самому, повесить его на видное место в доме, чтобы каждый день читать этот текст?

Удовольствие произрастает и в трагедии

Есть множество примеров того, как люди сумели получить удовольствие в ситуациях, когда все, казалось бы, предполагало их трагическое развитие. Мы уже говорили о таких людях.

Я приведу пример еще одного удивительного человека, сумевшего превратить трагедию в счастье.

У меня есть близкая подруга, удивительный человек и замечательная актриса Оксана Коростышевская. У нее три чудесные дочери.

Первыми родились двойняшки: одна девочка обычная, другая — с синдромом Дауна. Чудесная Маруся и не менее чудесная Маша.

Понятно, что поначалу это обстоятельство воспринималось как трагедия. Но впоследствии оно не только не подкосило Оксану и ее супруга Максима Коростышевского, но, как ни странно, сделало их более счастливыми.

Мы привыкли считать детей с синдромом Дауна больными детьми. Отчасти это так и есть. Но это еще и совершенно особенные дети, их неслучайно называют ангелами.

Я знаком с Машей. Это человек, который несет в мир свет. Она не знает, что такое обида и месть. Обожает читать. Ее существование в этой большой семье не только не уничтожает счастье, а преумножает его.

Рождение необычного ребенка не испугало родителей, и через три года после рождения Маши они родили третью дочь — красавицу и умницу Василису.

Коростышевские создали ту реальность, которую хотели, и никакие обстоятельства им не препятствовали.

Что мешает так делать нам?

Не жизненные обстоятельства, а отсутствие воли. Но воля — это то, что мы можем хотя бы попробовать в себе воспитать.

Было бы желание.

Любите ли Вы себя?

Знаменитый итальянский психолог Паоло Мантегацца заметил: «Любовь к себе — одно из самых простых и элементарных свойств человека; она побуждает нас ограждать себя от всякой

неприятности и добывать себе все, что создает приятность жизни»¹.

Согласитесь,

трудно получать удовольствие от жизни и строить счастливое существование тому, кто не любит себя самого.

Какой пример Вы подаете детям: пример любви к себе или ненависти?

Не получается ли так, что, постоянно занимаясь воспитанием собственных чад, мы забываем научить их этому искусству — любить и уважать самих себя?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Задавали ли Вы себе когда-нибудь вопрос: «Люблю ли я себя?» Какой смысл вкладываете Вы в словосочетание «любить себя»?

Задумывались ли Вы над тем, что, возможно, многие поступки Вы совершаете как человек, относящийся к самому себе без любви и уважения?

И наконец, Вы хотите, чтобы Ваш ребенок любил себя? Относился к себе с уважением? Умел получать от жизни удовольствие?

Если хотите, то для начала надо попробовать так относиться к себе самому.

¹ Цит. по: Мантегацца П. Физиология наслаждений. Наслаждения чувств. Наслаждения сердца. Наслаждения ума. — М.: Профит Стайл, 2012. С. 160.

Часто ли жизнь ставит Вам препятствия на пути к счастью?
Часто?

И как Вы относитесь к этим препятствиям? Умеете ли их использовать? Учите ли этому своих детей?

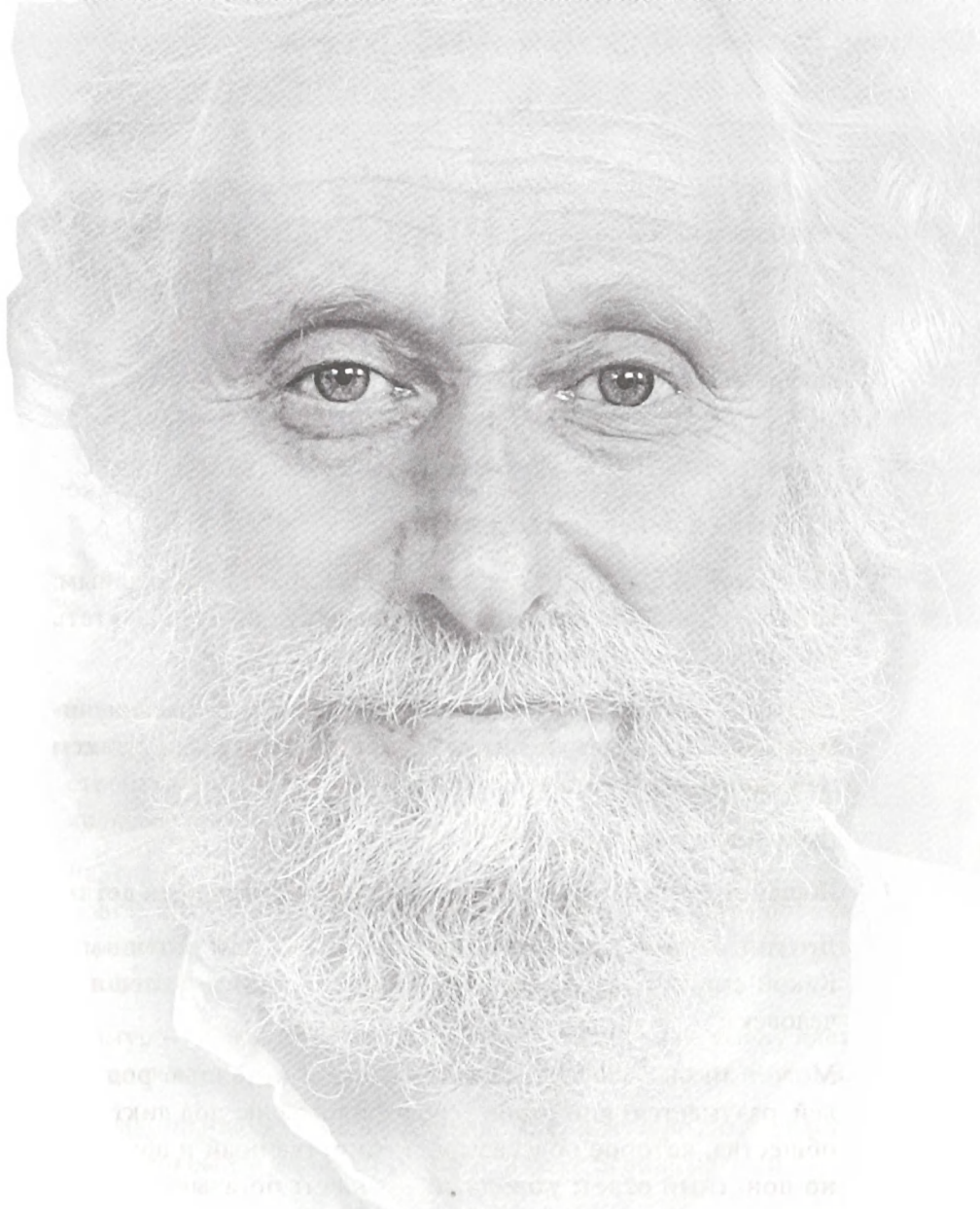
Мне кажется, здесь есть о чем поговорить, не так ли?

Для начала поговорим об успехе. Ведь препятствия — это то, что мешает нам его достигать.

Так? Или нет?

И вообще, что такое успех?

Поговорим...



ГЛАВА 18

ЭТОТ ТАИНСТВЕННЫЙ УСПЕХ

Любой родитель мечтает, чтобы его любимое дитя выросло успешным человеком.

Это понятно и очевидно.

Гораздо менее очевидно, какой, собственно говоря, смысл мы вкладываем в слово «успех».

А между тем

наши дети списывают с родителей понимание того, что такое успешная или неуспешная жизнь.

Списывают напрямую: буду как папа — и тогда стану успешным. Или от обратного: как папа никогда не буду — чтобы стать успешным, необходимо действовать совсем иначе.

Взрослый человек может смириться с тем, что у него не получилось стать успешным, и вполне себе жить с таким ощущением или даже вовсе о нем не думать.

Дети всегда озабочены собственным успехом.

Желание прожить жизнь успешно свойственно всем детям.

Другой вопрос: что значит для ребенка быть успешным? Какой смысл вкладывает он в словосочетание «успешный человек»?

Может ли он разобраться в этом сам (с помощью родителей, разумеется) или строит свою философию под диктатом общества, которое подсказывает единственный и абсолютно понятный ответ: успешный — значит богатый и знаменитый?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Считаете ли Вы себя успешным человеком? А свою вторую половину?

Что является для Вас критерием успешности — неуспешности? Постарайтесь четко сформулировать несколько собственных критериев.

Если Вы хотите, чтобы Ваше чадо осознанно выбирало критерии успеха, Вам необходимо определиться с ними самому, не так ли?

Гламур и Вы

В своей книге *«Интеллигенция и гламур»*¹ я довольно подробно разбирал сложившуюся в нашей стране ситуацию, когда единственной по-настоящему работающей идеологией в России является идеология гламура.

Да, гламур — это идеология, если угодно — философия, основой которой является вывод о том, что жизнь человека сложится удачно, если он сумеет сделать карьеру и заработать много денег.

Гламур — идеология «жирных лет». Сегодня ей на смену идет самая популярная во все века в России идеология патриотизма.

Но гламур никуда не исчез. Эта идеология так просто не сдастся, слишком уж понятны и заманчивы ее основные цели.

¹ Максимов А. М. Интеллигенция и гламур. — М.: СВР-медиа, 2010.

Мы, как и наши дети, существуем в мире непобежденного гламура.

То есть наши дети вступают в мир, в котором понятие успеха предельно очевидно и конкретно.

Нравится ли нам, взрослым, такая философия? Если она нам не нравится, что мы можем ей противопоставить, кроме неприятия? Какой позитив можем предложить своим детям?

Мы крайне редко задумываемся над этими вопросами. А между тем без ответов на них нам будет очень трудно помочь ребенку построить основу его личной философии, его собственных взглядов на мир.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Поговорите с ребенком о том, что такое главные жизненные ценности, главные ценностные ориентиры и почему это столь важно в строительстве собственной жизни.

После чего сделайте следующее.

Попросите Вашего чадо написать в порядке убывания, какие Ваши, своего родителя, жизненные приоритеты он считает самыми главными.

Например, здоровье, семья, карьера, деньги, самореализация и так далее.

Параллельно с этим напишите также в порядке убывания, какие жизненные ценности ребенка Вам представляются самыми главными.

Это своего рода игра. Вы пишете о ценностных ориентирах своего чада, сын или дочь — о Ваших.

Потом сядьте вместе и сравните.

Во-первых, это задание поможет Вам лучше разобраться в философии своего ребенка.

Во-вторых, Вам станет яснее, насколько ребенок понимает Вас и разделяет Ваши ценности.

И наконец, Вы убедитесь: прямо или с точностью до наоборот Ваш ребенок отзеркаливает Ваши приоритеты.

Успех — это результат

Итак, что мы — как правило, под диктатом общества — понимаем под успехом?

Повторю еще раз: чаще всего достижение какой-то конкретной цели — получить должность, заработать много денег, стать знаменитым...

Мы привычно называем успешным того человека, который многого добился.

Счастье или радость не являются для большинства из нас критерием успеха. Критерием является результат.

Редкий родитель говорит сыну: «Найди свое призвание, свое любимое дело — тогда ты будешь счастлив».

Куда более популярен иной призыв: «Ты должен работать в поте лица, каторжно трудиться, тогда ты заработаешь много денег и будешь успешным».

Большинство родителей считают успех очень конкретным понятием, признаками которого являются продвижение по слу-

жебной лестнице, большой заработок, иногда (в зависимости от выбранной профессии) — слава.

Ребенок, понятно, «зеркалит» такое отношение к успеху. Он растет с пониманием, что, скажем, эстрадная звезда или телеведущий — успешный человек, а мать пятерых детей — нет; что богатый человек всегда успешен, а счастливый поэт, у которого может не хватать денег на хлеб, — неудачник.

Задумываемся ли мы над тем, что для подавляющего большинства из нас успех — это нечто внешнее?

Мы сами стараемся идти этим понятным, конкретным путем — и даже когда понимаем, что у нас не получилось, стараемся по нему же направить своих детей.

А что, возможен какой-то иной подход?

Разумеется.

Успех — это процесс

Психофилософия исходит из того, что

успех — это не результат, а процесс. Успех — это радость, которую человек получает от жизни.

Если человек счастлив, то есть у него получилось построить гармоничную жизнь, то с точки зрения психофилософии он успешен вне зависимости от того, удалось ли ему сделать карьеру и много ли он зарабатывает.

Просто говоря,

успешный человек — это тот, кто доволен своей жизнью, тот, кто радуется ей.

Откуда берется эта радость?

От ощущения гармонии жизни.

А откуда возникает это ощущение?

От всякого разного. Но если брать в общем — от того, что человек делает то, что ему нравится (то есть то, что ему хочется), и когда рядом с ним — любимые, понимающие его люди.

Это, собственно говоря, и есть успех.

В этом смысле, скажем, таксист, который любит свою работу и у которого хорошая семья, может быть более успешным человеком, нежели какая-нибудь эстрадная звезда, которая все свои силы тратит лишь на удержание собственной популярности, но при этом живет одиноко и ощущает себя непонятой и несчастной личностью.

Вот такие два успеха. Успех — как результат, как итог. Успех — как процесс.

Критерий выбора все тот же — желание. К какому успеху больше лежит Ваша душа, к тому и надо стремиться.

Но при этом следует помнить: у Вас в доме живет зеркало с рентгеном.

В зависимости от того, какой успех предпочитают родители, будут действовать и их дети.

А как же здоровье? Забыли? Разве оно не является фундаментом успешной жизни?

Здорово, когда человек здоров. Это понятно.

Однако мне приходилось встречать не весьма здоровых и даже весьма нездоровых людей, которые могли делать любимое дело,

рядом с которыми были близкие люди, и они ощущали себя вполне счастливыми и успешными. (Вспомним, опять же, Ника Вуйчича или Стивена Хокинга.)

Но я не видел ни одного самого здорового человека, который жил бы в состоянии гармонии, будучи занят опостылевшим делом и в отсутствие любимого человека рядом.

Успешность — неуспешность настолько важны в жизни современных молодых людей, что очень хотелось бы, чтобы родители как минимум обсуждали эту тему со своими детьми.

Не стоит стесняться этих разговоров.

И даже если Вы убеждены в собственной неуспешности, стоит поговорить с ребенком о том, почему именно так сложилась Ваша жизнь.

Хотите Вы того или нет, ребенок все равно обязательно думает о том, как сделать свою жизнь успешной, и — так или иначе — в свои размышления вставляет опыт Вашей жизни.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте поговорить с ребенком о тех людях, которых он считает успешными.

Это могут быть как звезды, известные всей стране, так и просто знакомые, даже родственники.

Конкретные примеры помогут Вам понять, какой именно успех ценит Ваш ребенок и к какому именно успеху он стремится. Каковы его — не Ваши, а его! — критерии удачной жизни.

Понять препятствия

Не только родители хотят, чтобы ребенок был успешным, он ведь и сам тоже этого хочет. Хочет, но боится. Потому что уже с раннего возраста понимает: на пути достижения любого успеха человека ожидают трудности.

Вопрос о том, как преодолевать трудности, чрезвычайно интересный и, как подсказывает мне мой опыт, увы, редко обсуждаемый.

Казалось бы, а и что тут обсуждать?

Трудности — естественная часть нашей жизни. Придут? Преодолеем и пойдем дальше.

Так?

Так. Да не совсем.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Потратьте немного времени на то, чтобы ответить самому себе — лучше, как советует психофилософия, вслух — на такой вопрос: «Как Вы выстраиваете свои взаимоотношения с трудностями?»

Выработаны ли у Вас какие-то умения? Когда возникают проблемы, Вы умеете использовать их для движения вперед? Или Вы все пускаете на самотек, надеясь лишь на собственную выдержку?

Получается ли у Вас соблюдать один из главных законов психофилософии (при возникновении любой трудности никогда не задавать себе вопрос «за что?», а всегда спрашивать «зачем?»)?

Только после того, как Вы честно поговорите обо всем этом с самим собой, постарайтесь понять: какое именно отношение к проблемам, к преодолению трудностей Вы хотите передать своему ребенку?

Знаменитый американский психолог Ирвин Ялом считает, что главная его задача — «определить и устранить препятствия»¹.

Понимаете?

Решая любую психологическую задачу или задачу общения, главное — понять, какие именно препятствия не позволяют ее решить, и устранить их.

Для доказательства своего тезиса он приводит интересный и показательный пример.

На приеме у психолога женщина, которая жалуется на «обанкротившееся сердце»: она хочет, но никак не может полюбить.

«Восстановление способности любить — какая трудная и пугающая задача! Я не знал, как ее решать», — признается Ялом.

«А как насчет того, чтобы заняться определением и искоренением многочисленных препятствий, мешающих возникновению любви?» — спросил себя Ялом. И сам себе ответил: «Это я сделать мог»².

Понимаете?

¹ Ялом И. Дар психотерапии. — М.: Эксмо, 2015. С. 31.

² Там же. С. 32.

Ялом не занимался восстановлением способности любить. Он убирал препятствия, которые ей мешают: выяснял, какие проблемы были в детстве, что, может быть, в зрелом возрасте так напугало или огорчило пациентку, что она разучилась любить...

И тогда способность любить восстанавливалась как бы сама по себе.

В русле нашего разговора очень важный вывод:

когда не знаешь, как решить проблему, надо постараться понять, какие препятствия мешают это сделать.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте использовать «рецепт Ялома»: осознать препятствия, которые мешают решить проблему, при возникновении любой конкретной жизненной сложности.

Это, понятно, поможет Вам и Вашей жизни.

Но это важно еще и для того, чтобы такой подход «отзеркалил» Ваш ребенок.

Ребенок плохо учится. Проблема? Без сомнения.

Нередко она «решается» окриком:

— Делай уроки! Учись, неуч!

Бессмысленное дело. Таким образом мы проявляем свой родительский азарт, но толку не будет.

Надо воспользоваться «рецептом Ялома»: понять те препятствия, которые не позволяют проблеме решить.

Ребенку неинтересно учиться? Да, так чаще всего и бывает. Как преодолеть это препятствие? Надо попробовать найти для сына или дочери мотивацию. Например: «Да, я понимаю, что тебе, гуманитария, математика не нужна. Но ведь придется сдавать ЕГЭ. Надо учиться ровно настолько, чтобы этот проклятый экзамен сдать».

А может быть, все дело в плохом учителе, который придирается к ребенку, и тот понял: как ни учись — толку не будет? Как уничтожить это препятствие? Поговорить с учителем и, может быть, даже поменять школу. Или сказать своему чаду: «Давай попробуем использовать эту проблему для того, чтобы научиться строить свои отношения с теми, кто нас не любит. Это ведь важное умение в жизни, не так ли? Давай постараемся ему научиться».

Привычка к проблемам

Всю свою уже довольно длинную жизнь я живу в России. И сколько себя помню, столько слышу фразы: «В наше не-легкое время... В наше непростое время...». Ни разу, никогда не приходилось мне слышать: «Сегодня, когда настали легкие времена... Сегодня, когда мы живем в радостное время...».

Мы привыкли к проблемам. Большинство из нас живет в такой системе координат, где печали и проблемы — норма, а радости — аномальные исключения.

Но разве это не так?

Может быть, так. А может — нет. Подобный взгляд — это выбор. Выбор каждого человека.

Однако, делая его, надо всегда помнить: на нас смотрят наши дети. И выбор собственного взгляда на самые сложные жизненные проблемы они делают, во многом ориентируясь на нас.

И снова в который уже раз я спрошу: кого видит перед собой Ваш ребенок? Человека, умеющего использовать проблемы или прогибающегося под их тяжестью? Человека, несущего в мир радость или печаль?

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попросите Вашего ребенка коротко и внятно описать, какие препятствия он видит на пути построения собственной счастливой жизни, что ему не нравится, что портит его существование.

На другом листе пусть так же коротко обозначит, каким образом, на его взгляд, можно эти препятствия преодолеть.

Например.

Не нравится ходить в школу? Что можно изменить?

Не нравится еда, которой кормит мама? Какую бы он предпочел еду?

Не нравится, что папа часто кричит? Надо измениться самому или поговорить с папой, чтобы он был спокойней?

С одной стороны, подобное задание поможет ребенку осознать проблемы своей жизни и разобраться в том, какие из них можно исправить, а какие необходимо просто принять.

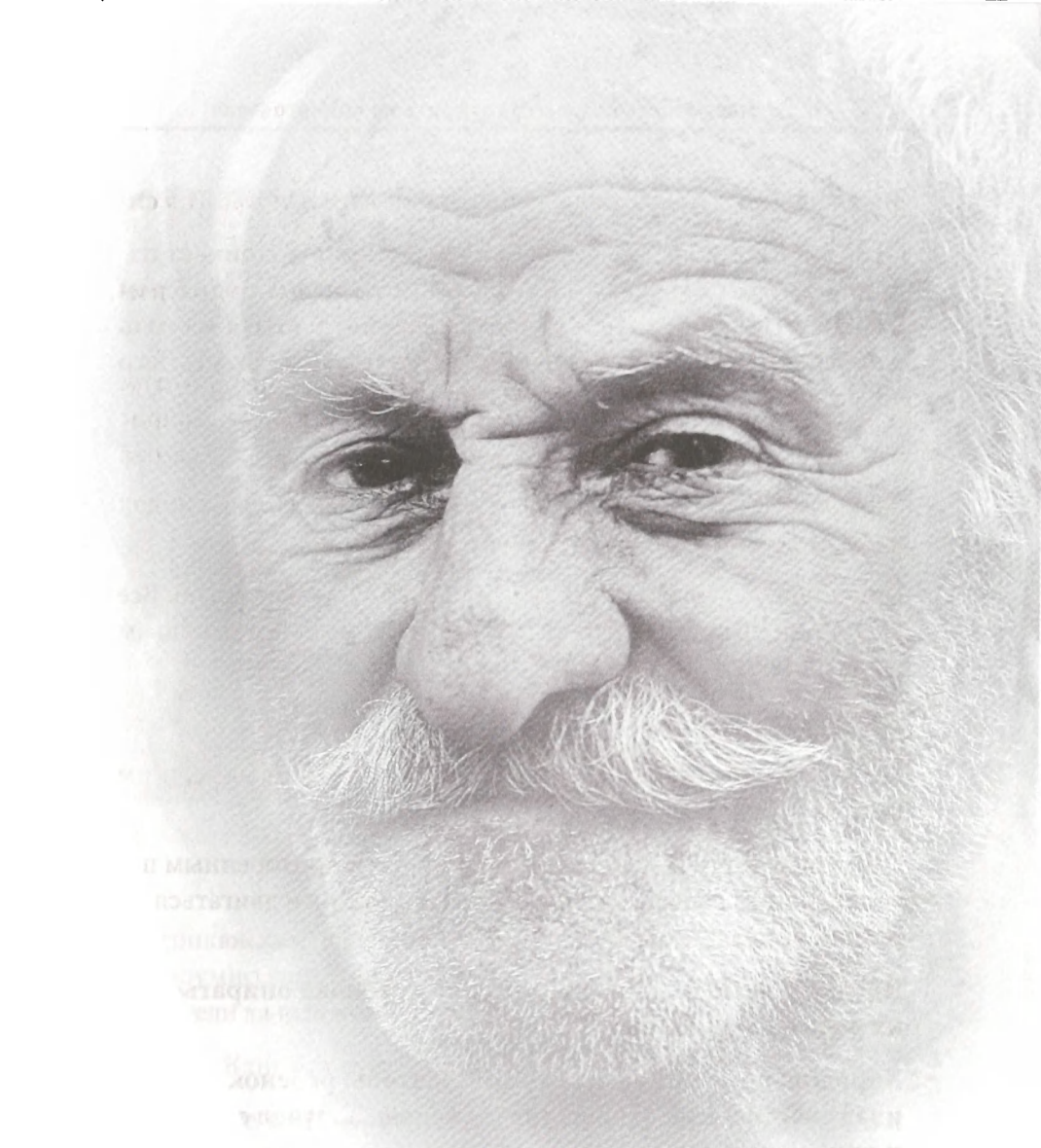
А с другой — это задание сделает мир Вашего ребенка Вам ближе и понятней.

Маленькие дети всегда радостны и оптимистичны. Пессимистами делает их приход в нашу, взрослую, жизнь.

А хотим ли мы не просто давать свой опыт, но что-то брать из их опыта? Не передавать опыт, а обмениваться им?

Хотим? Не хотим? Мы уже начали немного говорить об этом в начале книги, но для меня это настолько важный вопрос и настолько важный разговор, что я оставил его под самый занавес.

И сейчас как раз пришла пора об этом поговорить.



ГЛАВА 19

АБСОЛЮТНАЯ ВЕРА В ЛИЧНЫЙ ОПЫТ ПАТОЛОГИЧНА

Знаете ли Вы, дорогие родители, что я Вам скажу?

Огромное количество проблем в воспитании возникает из-за какой-то, я бы сказал, патологической веры родителей в абсолютную правоту и силу собственного опыта и столь же абсолютного нежелания прислушиваться к опыту своего чада.

Кто такие взрослые?

Взрослые — это люди, убежденные в том, что они знают, как надо жить их детям.

Причем если у них самих жизнь не сложилась — неважно. Все равно они убеждены, что знают, как надо жить их сыновьям и дочерям.

А кто такие дети?

Дети — это люди, которые теряются во взрослом мире, и им надо за что-то ухватиться.

Они могут взять родительский опыт и идти проторенным путем. А могут совершать собственные открытия и двигаться по жизни, опираясь на собственный опыт.

Плохие родители — те, кто требует у ребенка опираться на их родительский опыт.

Хорошие родители — те, кто хочет, чтобы ребенок выстраивал собственные отношения с жизнью, получал свой опыт и опирался на него.

Плохие родители — те, кто ведет свое чадо по жизни.

Хорошие родители — те, кто дает ему возможность двигаться самостоятельно, но всегда готов прийти на помощь и защитить.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Найдите время, чтобы ответить самому себе на принципиально важный вопрос: «Опыт чего именно Вы так жаждете передать собственному ребенку?»

Опыт построения счастливой жизни или опыт неудач? Опыт того, как найти себя, или опыт хаотичного передвижения по жизни? Опыт счастья или опыт печали? Опыт удач или поражений?

Многие родители убеждены, что если они прожили долгую жизнь, то любой их опыт нужно просто-таки навязывать детям.

Подобный честный разговор с самим собой поможет усомниться в этой весьма спорной истине и, возможно, поспособствует тому, чтобы Вы более критично относились к тем указаниям, которые Вы даете своему ребенку.

Опыт — количество понятого

Американский психолог и мать троих детей Шими Канг весьма остроумно заметила, что, «возможно, мы самые устаревшие родители за всю историю человечества»¹.

Почему Канг так считает?

А скажите мне, взрослые дяденьки и тетеньки, когда у вас возникают проблемы с любым гаджетом, вы разве не бежите к собственным детям за подмогой? Разве мы, родители, не убеждались, что дети осваивают все эти айфоны и прочие

¹ Ялом И. Дар психотерапии. — М.: Эксмо, 2015. С. 35.

устройства куда быстрее и лучше, чем мы, казалось бы, опытные взрослые?

Бабушки и дедушки с трудом разбираются с айфонами, потому что их опыт тут не помогает. А опыт детей — пожалуйста, они в этом деле — асы.

Время новых технологий дает нам чудесный пример уважительного отношения к опыту детей.

Однако для нас этот пример не заразителен. Мы не хотим его использовать.

Мы по-прежнему считаем, что тот, кто прожил долгую жизнь, непременно имеет богатый опыт.

Разве это не так?

Не так.

Опыт — это неперенное умение осмысливать свою жизнь. Поэтому опыт — это количество понятого, а не прожитого.

Есть весьма пожилые люди, которые не привыкли жить осмысленно, и у них, по сути, нет никакого опыта. Им передавать нечего.

И есть молодые люди, которым есть чем поделиться. И речь идет, понятно, не только об умении пользоваться гаджетами...

Как бы парадоксально это ни звучало, но

опыт есть не у всех взрослых, но у всех детей.

Потому что все маленькие дети обязательно осмысливают свою жизнь. Часто они это делают парадоксально, потому и опыт у них парадоксальный.

Человек вырастает. Уменьшается его интерес к окружающему миру, вместе с этим снижается желание анализировать окружающую жизнь и самого себя в этой жизни.

Нередко, увы, это приводит к тому, что чем старше человек — тем меньше, а не больше его опыт. Просто потому, что он не умеет и не хочет исследовать ни свою жизнь, ни самого себя в этой жизни.

Плюсы и минусы опыта

В нашей системе координат наличие опыта — это всегда хорошо. Это плюс. Опытный работник — значит хороший. Молодой работник — значит неопытный, то есть плохой.

И это, что ли, не так?

Скажем мягко: это так не всегда.

Что нам дает опыт?

Знание того, как решить ту или иную проблему; понимание последствий тех или иных решений.

В принципе это хорошо. Однако иногда мы оказываемся в плену готовых решений, и тогда опыт начинает нас сдерживать.

Наш мозг радостно предлагает нам решение (а чаще даже несколько решений) любой проблемы, любой самой сложной задачи. И вдруг — о ужас! — решения нет.

Вот тут-то и начинается творчество.

Творчество — это поиск такого решения проблемы, которого мозг изначально не предполагал.

Именно так, к слову сказать, и совершаются великие открытия.

Яблоки падают, потому что дует ветер. Готовое решение. Так подсказывает опыт человечества.

Яблоки падают, потому что есть закон всемирного тяготения. Это творчество Ньютона.

Дети даны нам еще и для того, чтобы мы не заикливались на собственном опыте и занялись творчеством. Например, начали творить жизнь, то есть не строили ее по известным нам лекалам, а хотя бы иногда создавали ее по-новому.

В этом нам может помочь естественный, незамутненный взгляд ребенка.

Януш Корчак описывает такую историю.

Мальчика спросили:

— Кем ты хочешь быть?

— Волшебником, — ответил мальчик.

Все засмеялись.

— Нет, — смущенно улыбнулся ребенок. — Я знаю, что буду работать в банке, как папа. Но ведь вы спрашиваете: «Кем я хочу быть?»

Взрослый опыт категоричен: волшебников не бывает.

Детский опыт знает, что это так, но еще не хочет верить в это до конца.

Понятно, что я использую этот пример в качестве метафоры.

В конце концов это наш выбор: убивать в себе детский взгляд до конца или понимать, что он помогает по-другому, если угодно — более естественно, смотреть на мир.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте проанализировать свои отношения с ребенком вот с какой точки зрения.

Что нового Вы поняли о людях, об их взаимоотношениях благодаря общению со своим чадом? Что открыли такого, чего Ваш опыт не подсказывал, а взгляд ребенка на это навел?

Ребенок уговорил Вас поиграть с ним в футбол — и оказалось, что это очень даже увлекательное занятие.

Вы привыкли уважать господина N за то, что он сделал блестящую карьеру, а ребенок «подсказал» Вам, что это очень занудливый и скучный человек. Вы догадывались об этом, но, пока не вступил в дело ребенок, не решались себе в этом признаться.

Вы трудоголик? А ребенок заставил Вас выйти с ним на улицу. И оказалось, что прогулка — это совсем даже неплохо.

Чем больше открытий в самом себе и в окружающем мире Вы совершите благодаря ребенку, тем серьезнее и глубже будет Ваш контакт с сыном или дочерью.

Дети — другие люди

Дети — это *другие* люди.

Если проверять их поведение собственным опытом — толку не будет.

Если попробовать приглядеться к тому, как смотрят на мир они, можно самому обрести новый и неожиданный взгляд.

Британский психолог и писатель Эдвард де Боно приводит очень хороший пример того, как непривычный взгляд позволяет ответить на вопрос, на который — если смотреть привычно — нет ответа.

Представьте себе трех людей, каждый из которых держит в руках деревянный брусок. И вот они разжимают пальцы... У одного брусок падает на землю, у другого — взмывает вверх, у третьего — остается на месте.

Наш опыт подсказывает, что такого быть не может. Потому что мы априори исходим из того, что все трое стоят на земле.

Но если представить, что первый человек действительно находится на земле, второй — в воде, а третий — в невесомости, то сразу становится понятно: такое «поведение» брусков вполне возможно.

Родители должны понимать: их опыт позволил им построить их жизнь. Дети должны строить свою, основываясь на собственном опыте.

Очень часто родители при детях разбирают всякие ситуации, в которых находились их знакомые и друзья.

Хорошо бы в таких разговорах исключить фразы типа: «А вот, например, я...», «Я лично не могу понять, почему он (или она) поступил так-то и так-то».

Я не устаю повторять, что Господь — Штучный Мастер. Каждого человека он создает отдельной личностью, в чем-то похожей, но в чем-то абсолютно непохожей на других.

Если родители хотят, чтобы их дети научились понимать других, они не должны учить их навязыванию собственных взглядов и собственной позиции. Было бы неплохо, если бы они показали им пример понимания чужой позиции.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Попробуйте в течение какого-нибудь ограниченного времени — скажем, пары-тройки дней — следить за тем, чтобы, объясняя ребенку что-либо или решая с ним какие-то проблемы, вообще не ссылаться на собственный опыт.

Вам придется искать какие-то иные аргументы своей правоты, кроме: «Я думаю так-то», «У меня было так-то», «Я, например, делал так-то». Волей-неволей Вам придется понимать логику ребенка, а не навязывать ему собственную.

Конечно, это не означает, что Вы должны вовсе отказаться от своего опыта. Это не нужно, да и невозможно.

Однако подобный эксперимент может оказаться очень полезным в плане поиска каких-то иных аргументов, кроме собственного опыта.

У взрослых учиться социальному. У детей — Божественному

Давайте задумаемся: почему взрослые, даже те, кто сам себя считает неудачником, абсолютно убеждены в том, что их опыт просто-таки необходим детям?

Вообще, почему повелось так, что взрослые всегда все советуют детям, а сами с большим трудом прислушиваются к советам младших?

Поскольку мы живем в атеистическом мире, взрослые исходят из того, что мы тут — хозяева, а дети — недавно пришедшие гости. Поэтому, естественно, мы должны передать им опыт существования в привычном для нас мире.

Отчасти это верно. Мы должны объяснить детям какие-то социальные правила: начиная с того, что взрослых следует уважать, и заканчивая тем, что дорогу надо переходить на зеленый сигнал светофора.

Однако если мы будем исходить из того, что дети приходят к нам из того мира, в который мы сами рано или поздно уйдем, взгляд немного меняется.

Тогда возникает вопрос: кто здесь больше хозяин? И может быть, дети могут научить нас чему-то такому, о чем мы в социальной суете попросту забыли?

У взрослых надо учиться социальному. У детей — Божественному.

Дети более общительны, чем взрослые. Дети более естественны, чем мы. Дети лучше умеют находить общий язык с природой. На многие проблемы дети смотрят более естественно и непредвзято.

Список их умений можно множить.

Дети требуют к себе более уважительного отношения, нежели мы привыкли им оказывать, просто как люди, которые еще помнят многое из того, что мы, взрослые, позабыли.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Дайте себе труд задуматься над тем, что такого умеет ребенок, чего Вы не умеете.

Просто сосредоточьтесь и подумайте над этим вне зависимости от того, сколько Вашему чаду лет.

Если выяснится, что ничего такого нет, это может означать только одно: Вы невнимательно относитесь к собственному чаду.

Тревожный симптом.

В этом случае имеет смысл обсудить данную проблему с близкими людьми: второй половиной, бабушкой или дедушкой, может быть, даже с няней. С любым человеком, которому Вы в данном вопросе доверяете.

Взрослые придумывают разнообразные способы получения удовольствия от жизни. А также различные теории, которые объясняют, почему совершенно необязательно радоваться жизни.

Дети радуются безо всяких теорий. Они живут с удовольствием просто так. Потому что им нравится жить. Потому что они ближе к Богу, Который создал человека для радости.

Поверьте, я не обоожествляю детей. Дети — это люди. Как и у всех людей, у них есть свои недостатки, свои проблемы.

Я не об этом. Я о том, что,

говоря об опыте применительно к детям, мы должны рассуждать не о его передаче, а об обмене им.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Постарайтесь периодически спрашивать самого себя:
«Чему сегодня я научился у собственного ребенка?»

И если на протяжении определенного времени — скажем, недели — у Вас нет на него ответа, значит неделя общения со своим чадом прошла напрасно.

Видеть другого

Британский психолог и писатель Эдвард де Боно заметил: «Чем лучше человек умеет защищать свою точку зрения, тем менее этот человек склонен по-настоящему исследовать предмет рассмотрения»¹.

Вам не кажется, что цитата здорово характеризует отношения детей и родителей?

Очень часто родители поступают так, как пишет де Боно: они страстно защищают свою точку зрения вместо того, чтобы исследовать создавшуюся ситуацию.

Родители знают, как надо, вместо того, чтобы вместе с ребенком понять, как надо.

Они слушают голос своего опыта. Голос неопытного дитяти их не интересует вовсе.

Взрослые не привыкли не то что уважать, а просто замечать детей; не привыкли прислушиваться к ним, не привыкли иметь в виду их взгляд на мир.

Впрочем, увы, мы и других взрослых не особенно-то замечаем, не очень-то имеем в виду.

¹ Де Боно Э. Я прав — вы заблуждаетесь. — Минск: Попурри, 2008. С. 199.

Когда дети видят, как родители обсуждают друг с другом любую взрослую ситуацию, нередко они обнаруживают: взрослые больше всего боятся ударить в грязь лицом. Нам в принципе очень трудно, особенно при ребенке, сказать: «Я не знаю. Давай подумаем». Нам хочется выглядеть крутыми.

Привычка не разбираться, а выглядеть крутым переносится взрослыми из общения со своими ровесниками на общение со своими детьми.

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Постарайтесь вспомнить, когда в последний раз Вы говорили своему ребенку: «Да, ты прав. А я ошибся».

Вспомнили? Очень хорошо.

Не смогли вспомнить? Плохо. Значит, в Вашем общении с ребенком есть проблемы. Подумайте, почему Вы не хотите слушать собственное дитя. Может быть, имеет смысл что-то изменить в общении с ним?

Ребенок привыкает к тому, что папе и маме известно все. Поэтому обсуждать с ними собственные проблемы смысла нет. Надо просто рассказать — и получить ответ.

Так у ребенка НЕ развивается то самое исследовательское чувство, которое и порождает творческое отношение к жизни.

Итак.

Должны ли родители использовать свой опыт в общении с детьми?

Безусловно.

Должны ли они навязывать свой опыт?

Безусловно, нет.

Дети проживают свою жизнь, и они должны обретать свой опыт.

Должны ли родители перенимать у детей их опыт?

Мне кажется, что да.

Задам мой любимый вопрос: кого видит перед собой Ваш ребенок? Механического передатчика своего опыта или собеседника, который готов не только говорить, но и слушать?

Может быть, это главный вопрос общения с детьми.

ЭПИЛОГ

ВЫ И РЕБЕНОК. ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Это задание снова позаимствовано мной из книги Шефали Тсабари.

Я убежден: если Вы будете выполнять его каждый день, изменятся и Ваши отношения с ребенком, и Вы сами, и в конечном итоге Ваша жизнь.

Оно очень простое. Но замечательное. И действенное.

Итак.

«Загляните к ребенку в комнату и скажите, как это здорово, что он у вас есть.

Когда ваш сын или дочь смотрит телевизор, присядьте рядом со словами: "Мне так приятно просто побыть с тобой вместе!"

Поймайте ребенка, когда он пробегает мимо, и скажите: "Спасибо, что ты есть в моей жизни!"

После того как ребенок лег спать, оставьте ему записку, чтобы, проснувшись утром, он прочитал: "Разбуди меня, пожалуйста. Хочу, чтобы ты — это было первое, что я увижу в этот день!"

Когда малыш держит вас за руку, скажите, что для вас это настоящее счастье — чувствовать его маленькую ладошку.

Забирая детей из школы или садика, не забывайте говорить о том, что вы сильно соскучились.

В ответ на улыбку ребенка тоже улыбнитесь и скажите, что ваше сердце выпрыгнет от радости!

Когда дети вас целуют, говорите им о том, что вы любите их огромной любовью!»¹

«Никогда не думайте, что дети — это источник проблемы, — призывает Тсабари. — Проблема в вашей неосознанности. И нельзя переносить ее на ребенка. Нужно разбираться с ней самому»².

Есть такая замечательная мысль, увы, не моя:

«Не воспитывайте детей, все равно они будут похожи на вас. Воспитывайте себя».

Больше мне добавить нечего.

До новых встреч!

¹ Тсабари Ш. Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016. С. 55.

² Там же. С. 376.

ЭТИ КНИГИ ПОМОГЛИ МНЕ. НАДЕЮСЬ, ОНИ ПОМОГУТ И ВАМ

1. Библия.
2. Адлер М. Искусство говорить и слушать. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013.
3. Аллен Д. Человек мыслящий. — Минск: Попурри, 2012.
4. Бомон Х. Смотреть на душу. Душевная психотерапия. — М.: Институт консультирования и системных решений, 2011.
5. Вебстер Р. Почему Фрейд был неправ? — М.: Астрель, 2013.
6. Де Боно Э. Я прав — вы заблуждаетесь. — Минск: Попурри, 2008.
7. Вуйчич Н. Жизнь без границ. Путь к потрясающе счастливой жизни. — М.: Эксмо, 2015.
8. Гримак Л. Общение с собой. Начала психологии активности. — М.: Либроком, 2013.
9. Гримак Л. Психология активности человека. Психологические механизмы и приемы саморегуляции. — М.: Либроком, 2014.
10. Канг Ш. Путь дельфина. Как вырастить счастливых и успешных детей, не превращаясь в мать-«тигрицу». — М.: Альпина нон-фикшн, 2015.
11. Кехо Д. Подсознание может все! — Минск: Попурри, 2015.
12. Клейнман П. Психология. Люди, концепции, эксперименты. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015.
13. Корчак Я. Как любить ребенка. — Екатеринбург: У-Фактория; М.: Астрель, 2009.
14. Корчак Я. Правила жизни. Педагогика для детей и для взрослых. — М.: Издательский, образовательный и культурный центр «Детство, Отрочество, Юность», 2013.

15. *Лихачев Д. С.* Мысли о жизни. Письма о добром. — М.: Азбука-Аттикус, 2014.
16. *Лэнгле А.* Жизнь, наполненная смыслом. Логотерапия как средство оказания помощи в жизни. — М.: Генезис, 2014.
17. *Ломброзо Ч.* Гениальность и помешательство. Женщина преступница и проститутка. Любовь у помешанных. — Минск: Попурри, 2014.
18. *Мантегацца П.* Физиология наслаждений. Наслаждения чувств. Наслаждения сердца. Наслаждения ума. — М.: Профит Стайл, 2012.
19. *Маслоу А.* Мотивация и личность. 3-е изд. — СПб.: Питер, 2012.
20. *Мэй Р.* Искусство психологического консультирования. 2-е изд., испр. — М.: Институт общегуманитарных исследований; Апрель-пресс, 2010.
21. *Мэй Р.* Человек в поисках себя. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2013.
22. *Мэй Р.* Взывая к мифу. — М.: Модерн, 2015.
23. *Песталоцци И. Г.* Избранные педагогические сочинения / Под ред. В. А. Роттенберг, В. М. Кларина. В 2 т. — М.: Педагогика, 1981.
24. *Паттакос А.* Пленники собственных мыслей. Смысл жизни и работы по Виктору Франклу. — М.: Альпина Бизнес Букс, 2009.
25. *Померанц Г. С., Миркина З. А.* Работа любви. — М.; СПб.: Центр гуманитарных инициатив, 2013.
26. *Роджерс К.-Р.* Гуманистическая психология: теория и практика. — М.; Воронеж: Московский психолого-социальный университет; Издательский дом Российской академии образования, 2013.
27. *Сенека Л.-А.* Нравственные письма к Луцилию. — СПб.: Азбука, 2013.
28. *Соловейчик С.* Педагогика для всех. — М.: Первое сентября, 2000.

29. *Тардые Э.* Скука: психологическое исследование. — М.: ЛКИ, 2013.
30. *Тсабари Ш.* Дети — зеркало нашего тайного «Я». Как на самом деле сделать счастливыми себя и своих детей! — М.: АСТ, 2016.
31. *Уоллес Н.* Ближе к воде. Удивительные факты о том, как вода может изменить вашу жизнь. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015.
32. *Ушинский К. Д.* Воспитать ребенка как? / Сост. Е. Филиппова. — М.: АСТ, 2014.
33. *Уэлвуд Д.* Путешествие с сердцем. — М.: Постум, 2015.
34. *Фрейд З.* Ошибочные действия. Введение в психоанализ. — М.: АСТ, 2009.
35. *Франкл В.* Сказать жизни «Да!» Психолог в концлагере. 4-е изд. — М.: Альпина нон-фикшн, 2009.
36. *Франкл В.* Воля к смыслу. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2015.
37. *Франкл В.* Воспоминания. — М.: Альпина нон-фикшн, 2015.
38. *Франкл В.* Психотерапия и экзистенциализм. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2015.
39. *Фромм Э.* Искусство любить. — СПб.: Азбука, 2002.
40. *Хириш-Пасек К., Голинкофф Р., Айер Д.* Эйнштейн учился без карточек. Как на самом деле учатся наши дети и почему им нужно больше играть, чем зубрить. — М.: Эксмо, 2014.
41. *Хорни К.* Невротическая личность нашего времени. Новые пути в психоанализе. — СПб.: Питер, 2013.
42. *Чуа Э.* Боевой гимн матери-тигрицы. — М.: АСТ; Corpus, 2013.
43. *Чуковский К. И.* От двух до пяти. — М.: Азбука-Аттикус, 2015.
44. *Шварц П.* В защиту эгоизма. Почему не стоит жертвовать собой ради других. — М.: Альпина Пабlishер, 2015.
45. *Юнг К.* Психология бессознательного. — М.: Канон+, 2015.
46. *Экман П.* Психология эмоций. — СПб.: Питер, 2013.
47. *Ялом И.* Дар психотерапии. — М.: Эксмо, 2015.

Может быть, Вас заинтересуют и другие мои книги, посвященные психофилософии и психофилософской педагогике.

Буду рад.

1. Максимов А. М. Прочистите ваши уши. Многослов-3: первая философская книга для подростков. — М.: СВР-Медиа, 2011.
2. Максимов А. М. Как не стать врагом своему ребенку. Книга для детей и родителей, которые хотят быть вместе. — СПб.: Питер, 2013.
3. Максимов А. М. Психофилософия. Книга для тех, кто перепутал себя с камнем. — СПб.: Питер, 2014.
4. Максимов А. М. Психофилософия 2.0. Книга для тех, кто устал бояться. — СПб.: Питер, 2014.
5. Максимов А. М. Практическая психофилософия. Жизнь может быть вкусной, если научиться ее готовить. — СПб.: Питер, 2015.
6. Максимов А. М. Песталоцци XXI. Книга для умных родителей. — СПб.: Питер, 2015.
7. Максимов А. М. Универсальный Многослов. Книга для тех, кому интересно жить осмысленно. — М.: Центрполиграф, 2015.
8. Максимов А. М. Родители как враги. Психофилософское воспитание: все то, о чем Вы много раз спрашивали. И не получали ответа. — СПб.: Питер, 2016.

ДЕТИ КАК ЗЕРКАЛО

Популярный телеведущий, член Академии российского телевидения, писатель АНДРЕЙ МАКСИМОВ уже давно и хорошо известен как автор книг по психофилософии и воспитанию.

Книга «Дети как зеркало. Как подружиться с собственным ребенком, меняясь самому» продолжает разговор, начатый в предыдущих изданиях. В ней Вы найдете весьма своеобразные рассуждения о том, как выстроить отношения с собственным ребенком, и, что особенно важно, практические советы — как это сделать. Эта книга принципиально отличается не только от предыдущих книг Максимова, но и от всех изданий, посвященных воспитанию.

Мы много говорим о том, как воспитывать детей.

- А как должны воспитываться родители?
- Что они должны переделывать в самих себе, понимая, что дети зеркалят их?
- Как влияют родители на детей даже тогда, когда не думают об этом?
- Как воспитывать себя взрослому, чтобы его влияние на ребенка было позитивным?
- Вы понимаете, что рождение ребенка — главное событие Вашей жизни?

Тогда новая книга Максимова — для Вас.

Она станет Вашим другом и советчиком.

Она Вам поможет.

ISBN 978-5-496-02449-5



9 785496 024495

 ПИТЕР®

Заказ книг:

Санкт-Петербург

тел.: (812) 703-73-74, postbook@piter.com

www.piter.com — каталог книг и интернет-магазин

#номер25